



QUEM SOU EU?

SENTIMENTO DE PERTENÇA E GENEALOGIA EM ADULTOS

DIANA DUARTE

Orientadora de Dissertação

PROFESSORA DOUTORA DIANA FRASQUILHO

Coordenadora do Seminário de Dissertação:

PROFESSORA DOUTORA DIANA FRASQUILHO

Dissertação submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:

MESTRE EM PSICOLOGIA CLÍNICA

Lisboa

2024

Dissertação de Mestrado realizada  
sob a orientação da Professora  
Doutora Diana Frasilho,  
apresentada no Ispa – Instituto  
Universitário para obtenção de grau  
de Mestre na especialidade de  
Psicologia Clínica

## **Agradecimentos**

A realização deste estudo decorreu com o apoio de pessoas muito importantes que me deram força e apoiaram a realização deste tema, as quais aproveito este espaço para mencionar e agradecer.

Agradeço à professora Diana Frasilho por todo o apoio e motivação. Aprendi acima de tudo que a nossa dedicação torna um trabalho feito em “perfeito”, mesmo com as suas limitações.

Aos meus pais, por todo o apoio ao longo destes anos e por acolherem sempre todas as minhas tristezas e frustrações como também todas as conquistas e entusiasmo durante a realização deste trabalho.

Às minhas amigas, Silvia, Débora, Ana, Leonor e Jéssica por todas as discussões sobre os temas da minha tese, que me inspiraram a fazer melhor e a ver todos os resultados com um novo olhar.

Ao meu marido, pela paciência em cuidar de mim e da nossa família durante os meses mais intensos de trabalho. Que os nossos esforços tornem os nossos sonhos realidade.

Aos meus avós paternos, pelas histórias que me contavam à mesa sobre a avó Margarida, o avô Paulo e sobre a vossa infância. Prometo guardar todas estas memórias com amor sobre aqueles que nunca conheci pessoalmente, mas que fazem parte de mim.

Aos meus avós maternos, a quem dedico este trabalho, pelo legado de amor e sacrifício que deixaram. Por ter crescido no conforto e aconchego do seu lar e por todas as memórias de infância. Que um dia nos possamos ver outra vez no céu.

*Olhar para trás prepara-nos para seguir em frente*

- Bradley D. Foster

## **Resumo**

A pertença é uma necessidade básica do ser humano. Ao longo da idade adulta, esta pode variar com base nos contextos e vivências do sujeito. A atividade de realização de genealogia tem vindo a ser um passatempo cada vez mais comum em todo o mundo levando milhões de pessoas a interessarem-se por conhecerem os seus antepassados e coletarem as suas histórias. O presente estudo tem como objetivo observar a ligação entre estas duas variáveis: o sentimento de pertença e a realização de genealogia em adultos como também observar a sua ligação com a saúde mental. Para tal, foram utilizados como instrumentos de avaliação, o Instrumento de Avaliação do Sentimento de Pertença (IASP), o instrumento Mental Health Inventory (MHI-5), e um questionário sociodemográfico que compreende perguntas específicas relacionadas com a realização de busca genealógica. A amostra foi constituída por 494 adultos. Foram encontradas correlações positivas entre o sentimento de pertença e a frequência da realização de genealogia e a idade, como também uma correlação negativa entre sentimento de pertença e saúde mental. É sugerida a utilização de variáveis mediadoras entre sentimento de pertença e genealogia de forma a melhor compreender esta relação. O estudo demonstra importância para a Psicologia clínica revelando como a realização de genealogia poderá ser um fator associado a níveis de sentimento de pertença mais elevados em adultos. O estudo apresenta implicações teóricas importantes visto abordar fatores pouco conhecidos em Portugal tais como a genealogia e o sentimento de pertença em adultos.

**Palavras-chave:** Sentimento de Pertença, Genealogia, História da família, Adultos

## **Abstract**

Belonging is a basic human need. Throughout adulthood, this can vary based on the contexts and experiences of the subject. Genealogy has become an increasingly common pastime around the world, leading millions of people to take an interest in getting to know their ancestors and collecting their stories. The aim of this study was to analyze the link between these two variables: sense of belonging and genealogy in adults, as well as their connection with mental health. To this end, it was used the Instrument for the Assessment of the Sense of Belonging (IASP), the Mental Health Inventory (MHI-5) and a sociodemographic questionnaire with specific questions related to genealogical research. The sample consisted of 494 adults. Positive correlations were found between sense of belonging and the frequency of genealogy and age, as well as a negative correlation between sense of belonging and mental health. It is suggested that introducing certain mediating variables could help to better understand the relationship between sense of belonging and genealogy. The study demonstrates importance for clinical psychology by revealing how conducting genealogy can be a factor associated with higher levels of sense of belonging in adults. The study has important theoretical implications as it addresses factors that are little known in Portugal, such as genealogy and the sense of belonging in adults.

**Keywords:** Sense of Belonging, Genealogy, Family History, Adults

## Índice

Introdução.....	1
Revisão de literatura.....	3
O sentimento de pertença como variável no bem-estar.....	3
O sentimento de pertença como fator protetor: solidão e depressão.....	5
Genealogia e História da família .....	8
Genealogia na Psicologia .....	11
Genealogia e bem-estar: identidade, ligação e pertença.....	13
Objetivos do Estudo.....	14
Métodos de Investigação.....	15
Participantes.....	15
Instrumentos.....	15
Procedimento.....	18
Análise de Dados.....	19
Resultados.....	21
Análise da Amostra de Participantes.....	21
Relação entre Variáveis.....	23
Discussão.....	32
Limitações e Pontos Fortes do Estudo.....	37
Implicações e Sugestões a Futuros Investigadores.....	38
Conclusão.....	39
Referências.....	41

Anexos.....	51
Anexo A – Questionário Sociodemográfico.....	51
Anexo B – Sondagem inicial num grupo de <i>Facebook</i> .....	56
Anexo C- Exemplos de resposta sobre a motivação para a realização de genealogia.....	57
Anexo D- Instrumento de Avaliação do Sentimento de Pertença (IASP).....	59
Anexo E- Inventário de Saúde Mental (MHI-5).....	60
Anexo F- Imagem e mensagem de divulgação.....	61
Anexo G- Comentário final presente no Formulário.....	62
Anexo H- Tabelas.....	63
Anexo I- Comentários de participantes no estudo.....	68
Anexo J- Comentários do <i>focus</i> grupo.....	69

## Lista de Tabelas

**Tabela 1** – Caracterização da amostra

**Tabela 2** – Ponto de corte do instrumento MHI-5 para sintomas graves leves e moderados

**Tabela 3**- Teste qui-quadrado para relação entre gênero e sintomatologia de saúde mental

**Tabela 4**- Análises das Variâncias One-Way da amostragem com relação ao Sentimento de Pertença

**Tabela 5**- Teste *T-Student* para variável gênero e nacionalidade com relação ao sentimento de pertença

**Tabela 6**- Teste *T-Student* para a variável tempo despendido a realizar genealogia e sentimento de pertença

**Tabela 7**- Teste qui-quadrado para relação entre variáveis sociodemográficas e dois grupos de genealogia

**Tabela 8**- Regressão logística entre idade, estatuto social subjetivo e sentimento de pertença

**Tabela 9**- Regressão Logística para variáveis sociodemográficas significativas e sentimento de pertença

**Tabela 10**- Correlação de Pearson entre Sentimento de Pertença e Saúde Mental

**Tabela 11**- Análises das Variâncias One-Way da amostragem com relação à saúde mental

**Tabela 12**- Teste *T-Student* para relação entre gênero e saúde mental

**Tabela 13**- Correlação de Pearson entre idade e sentimento de pertença

**Tabela 14**- Correlação de Pearson entre idade e saúde mental

**Tabela 15**- Teste *T-Student* para a relação entre idade e gênero

## **Lista de Figuras**

**Figura 1** - *Representação da pirâmide proposta por Maslow (1987)*

## Introdução

Entre as vivências dos nossos antepassados, por vezes encontram-se histórias de pobreza, guerra, migração e até histórias de amor e liberdade. Shaw & Donnelly (2021) afirmam que estas vivências marcantes dos nossos antepassados estão presentes em nós e na nossa forma de ver o mundo. Na última década, a realização de genealogia tem sido um passatempo recorrente e os seus efeitos a nível psicológico são ainda pouco conhecidos (Bottero, 2015; Creet, 2020). Alguns estudos apontam para a possibilidade desta atividade ser importante para a construção do *self* e da identidade dos sujeitos (Bottero, 2015; Haydon et al., 2023). Neste sentido, o sentimento de pertença demonstra ser uma vertente importante na construção desta identidade.

Sentir conexão, sentir-se parte de algo, sentir que se encaixa num ambiente ou grupo e sentir que se identifica com valores, ideias e papéis, são características inerentes ao sentimento de pertença (Maslow et al., 1987; Shahzad & Shafi, 2023). O sentimento de pertença é considerado uma parte integrante do bem-estar humano pois valoriza as relações do mesmo e a importância destas (Shahzad & Shafi, 2023). Vários estudos demonstram que, um défice nas relações sociais ao longo da vida, está associado à depressão, má qualidade do sono, rápido declínio cognitivo, dificuldades cardiovasculares e ainda à redução da imunidade (Allen, Kern, et al., 2021). Deste modo, é importante investigar as relações e a motivação subjetiva do sujeito nestas relações, através do sentimento de pertença de forma a identificar variáveis que fomentem este sentimento. Por fim, a sua investigação em adultos é relevante tendo em conta a Teoria da Seletividade Sócio-Emocional, que explica como as relações e desafios sociais vão mudando ao longo da idade adulta (Carstensen & Reynolds, 2023). A investigação de possíveis variáveis correlacionadas com um maior sentimento de pertença são assim importantes para a promoção e incremento deste sentimento em adultos ao longo da vida.

Nesta investigação, é proposto um estudo transversal correlacional entre o sentimento de pertença, a realização de genealogia e a saúde mental. Será primeiramente apresentado um enquadramento teórico sobre estas três variáveis e a sua relação, onde será também detalhada investigação pessoal realizada sobre a genealogia em Portugal. Após isto, serão apresentados os objetivos e os métodos de investigação para este trabalho

bem como a sua discussão de resultados, pontos fortes e limitações e ainda sugestões para futuras investigações. Os dados analisados tiveram como objetivo ampliar a investigação sobre sentimento de pertença e genealogia, sendo estas duas variáveis relevantes na sociedade contemporânea.

## **Enquadramento Teórico**

### **O sentimento de pertença como variável no bem-estar**

Ao longo dos anos, a consciencialização sobre a doença mental e as suas repercussões têm vindo a trazer maior enfoque não só no seu tratamento, mas também na sua prevenção (de Almeida, 2018). Segundo a Organização Mundial de Saúde, é possível definir saúde mental como “um estado de bem-estar em que o indivíduo implementa as suas capacidades, enfrenta o stresse normal da vida, trabalha produtivamente e com sucesso, e é capaz de contribuir para a sua comunidade” (WHO, 2001; Ribeiro, 2011). Embora esta definição contribua para uma visão mais integrativa da saúde e para o afastamento da ideia de ser apenas a ausência de doença, alguns autores mostram que esta definição poderá ser limitada. Segundo Galderisi e colaboradores (2015), a saúde mental engloba adicionalmente três componentes: bem-estar emocional, bem-estar psicológico e bem-estar social. Dentro do bem-estar emocional existem variáveis como a felicidade, interesse pela vida e satisfação; no bem-estar psicológico podemos encontrar variáveis como a apreciação da maioria dos traços de personalidade, facilidade em gerir as exigências do dia-a-dia, ter relações positivas com outros e ainda estar satisfeito com a sua vida; por fim, o bem-estar social inclui um funcionamento positivo que envolve ter algo a contribuir para a sociedade, sentir-se parte da comunidade, acreditar que a sociedade caminha para um melhor lugar para todos, e ainda sentir que faz sentido ao sujeito a forma como a sociedade funciona (Galderisi et. al 2015).

Neste aspeto, é possível compreender o sentimento de pertença como uma variável que poderá ser importante para o sentimento de bem-estar no sujeito, visto avaliar diversos fatores pertencentes ao bem-estar emocional, psicológico e até social.

O sentimento de pertença é um conceito distinto, comumente associado ao conceito de conexão social mas também negativamente correlacionado com os conceitos de ostracismo, solidão e isolamento social (Allen, Arslan, et al., 2021). No entanto, o conceito de sentimento de pertença diferencia-se dos demais devido à particularidade de não envolver a presença de outros (Allen, Arslan, et al., 2021).

Embora existam diferentes definições sobre o conceito de sentimento de pertença, serão salientadas duas definições em específico por estarem relacionadas com

os instrumentos utilizados nesta investigação. Monteiro & Maia, (2009) explanam o sentimento de pertença como “a experiência de envolvimento pessoal num sistema ou ambiente, correspondendo à forma como as pessoas se sentem parte integrante desse mesmo sistema ou ambiente” (pág.20). Allen e colaboradores (2021) definem o sentimento de pertença como sendo um sentimento subjetivo de conexão profunda com grupos sociais, espaços físicos e ainda com experiências individuais e coletivas. Adicionalmente sobre estas definições, Watts e colaboradores (2023) explicam que, quando os sujeitos possuem esta pertença, acreditam que uma díade, grupo ou comunidade não está completa sem estes e vice-versa.

Sendo o sentimento de pertença importante no funcionamento social e psicológico do ser humano, pode-se dizer que este sentimento demonstra ser uma necessidade básica que a maioria dos seres humanos procura satisfazer (Allen, 2021). É possível compreender o sentimento de pertença como uma necessidade básica ao observar a Teoria da Hierarquia das Necessidades proposta por Maslow ((Maslow et al., 1987) cit in Allen, 2021) (Figura 1). Nesta teoria, conseguimos compreender que a necessidade de amor e pertença emergem na pirâmide das necessidades logo após as necessidades fisiológicas e de segurança serem asseguradas. Isto demonstra que, a necessidade de pertença, é um elemento importante não só para o sentimento de satisfação do sujeito, como também serve de base para suprir as posteriores necessidades sentidas pelo ser humano, tais como as necessidades a nível da estima (autoestima, confiança, respeito) e ainda as necessidades de realização pessoal (moralidade, criatividade, espontaneidade, etc.) (Allen, 2021; Desmet & Fokkinga, 2020).



**Figura 1.** Representação da pirâmide proposta por Maslow (1987)

Ainda sobre a pertinência do sentimento de pertença, alguns estudos sugerem que a função principal do cérebro humano, e do sistema imunitário, é manter o corpo biológica e fisicamente seguro, motivando o sujeito a evitar ameaças sociais e a procurar segurança social, pertença e ligação (Slavich, 2020 cit in Allen et al., 2021). Deste modo, o sentimento de pertença pode ser tão importante como a comida, o abrigo e a segurança física, visto que promove a saúde e a sobrevivência a longo prazo (Allen, Kern, et al., 2021). Este sentimento subjetivo está associado a inúmeros resultados a nível mental, físico, social, económico e ainda comportamental (Allen, Kern, et al., 2021). Para além disto, Nuttman-Shwartz (2019) demonstra que o sentimento de pertença é uma variável importante não só para o bem-estar emocional, mas também pode ser vista como uma base protetora que permite a resiliência dos sujeitos em momentos adversos. Para além do incremento do sentimento de pertença trazer bem-estar, e de ser visto como um apoio à fomentação da resiliência, este sentimento subjetivo pode também ser importante como ferramenta de prevenção de doenças (Allen, 2021). É de salientar que, segundo Allen (2021), a utilização do sentimento de pertença como ferramenta de prevenção, tem sido usada nos Estados Unidos da América em Centros de Controlo e Prevenção de Doenças. Como exemplo, de acordo com estes autores, é importante fomentar o sentimento de pertença em contextos escolares com crianças emigrantes, de forma que a sua adaptação à nova escola e cultura seja menos impactante.

### **O sentimento de pertença como fator protetor: solidão e depressão**

Segundo Allen (2021), o sentimento de pertença pode ser comparado à necessidade de água para o corpo humano. A autora demonstra que, se deixarmos de beber água por algum tempo, começamos a sentir sede, a qual se irá agravando cada vez mais se não a saciarmos. Aquando desta sede, o nosso corpo envia sinais de alerta desta “desidratação”, como explicado pela autora. Embora os efeitos da “desidratação” sejam aparentemente mais imediatos, os efeitos da falta de sentimento de pertença podem parecer inicialmente menos óbvios, sendo contudo também de grande importância (Allen, 2021).

A ausência de sentimento de pertença pode ter resultados psicológicos impactantes no sujeito (Allen, 2021). Da mesma forma, um sentimento de pertença elevado poderá constituir-se como um fator protetor para a diminuição de perturbações psicológicas tais como a solidão e a depressão.

Sobre a solidão, Lim e colaboradores (2021) definem este conceito como um sentimento subjetivo de isolamento social, sentido quando existe uma discrepância entre as relações sociais vividas e as relações sociais desejadas pelo sujeito. Sendo assim, o sentimento de solidão poderá não estar associado à pouca rede social do sujeito, mas sim à insatisfação pessoal do sujeito em relação a esta rede (Carvalho et al., 2023). Tal aspeto significa que, por este sentimento ser uma experiência subjetiva, os sujeitos poderão sentir-se solitários mesmo rodeados de pessoas (Carvalho et al., 2023). Embora distintos, o sentimento de pertença e de solidão não são opostos. Lim e colaboradores (2021) sugerem que o sentimento de pertença e o sentimento de solidão podem coexistir, apesar de representarem níveis díspares de conexão social no sujeito. No entanto, Latikka e colaboradores (2023) referem como o sentimento de solidão pode ser combatido através do aumento do sentimento de pertença. Sendo assim, é importante considerar o sentimento de pertença como uma variável importante de resposta face a este desafio (Latikka et al., 2023). Nos últimos anos, a solidão tem sido um assunto de saúde pública relevante em Portugal (Carvalho et al., 2023). Após a pandemia COVID-19 foi denotado um aumento do sentimento de solidão em todos os países europeus, Portugal incluído (European Commission. Joint Research Centre., 2021 cit in Carvalho et al., 2023). Estatísticas mostram que a população mais afetada pela solidão em Portugal é a população idosa (Surkalim et al., 2022). Sendo Portugal um país com uma elevada taxa de envelhecimento, é de extrema importância avaliar métodos que permitam a vigilância, prevenção, caracterização e a intervenção a nível individual e comunitário da solidão em idosos (Carvalho et al., 2023).

Quanto à depressão, é de salientar o estudo de Choenarom e colaboradores (2005) que demonstrou ser extremamente importante compreender como o sentimento de pertença pode ter um efeito direto na depressão. Através desta investigação realizada com adultos com perturbação de depressão major, foi possível observar que o sentimento de pertença impacta positivamente a redução dos efeitos da depressão no sujeito. Tal aspeto

demonstra que, a promoção de um sentimento de pertença, pode constituir-se como um fator mediador, ao ser usado para diminuir os efeitos negativos causados pela depressão (Choenarom et al., 2005). Adicionalmente, mais recentemente, várias investigações têm sido realizadas no âmbito do sentimento de pertença para prevenção e intervenção na depressão. É de denotar algumas investigações recentes, realizadas com populações minoritárias, que se encontram sujeitas a uma maior incidência de sintomas depressivos. Parr e colaboradores (2020) demonstraram como um maior sentimento de pertença em adolescentes levou não só à diminuição de sintomas depressivos, mas também ao aumento do sentimento de pertença em relação à escola. Na comunidade LGBTQI+, McLaren & Castillo (2020) demonstram como um maior sentimento de pertença em mulheres bissexuais, foi um fator associado a menores sintomas de depressão. Ainda dentro deste mesmo contexto, Watts e colaboradores (2023) evidenciaram como um maior sentimento de pertença influencia positivamente a saúde mental de jovens negros pertencentes à comunidade LGBTQI+, e também associado à diminuição de sintomas depressivos. O sentimento de pertença demonstra ser então uma variável importante não só na prevenção de sintomatologia depressiva, mas também um fator importante de intervenção em sujeitos que sofrem desta perturbação (Watts et al., 2023). Sobre a prevalência desta doença, é estimado que esta afete mais de 264 milhões de pessoas mundialmente (Torres et al., 2023). A depressão é um problema que gera grande impacto na vida quotidiana dos sujeitos (Torres et al., 2023). Dados estatísticos da OMS (Organização Mundial de Saúde) mostram que sujeitos com depressão têm 60% maior chance de morte prematura em comparação com a população geral (WHO, 2001 cit in Torres et al., 2023). Em Portugal, é possível denotar uma elevada prevalência da depressão na população ao longo dos anos, sendo que alguns estudos referem que 8% da população portuguesa está diagnosticada com esta perturbação (Serviço Nacional de Saúde, 2023). Deste modo, é importante a promoção de estratégias de minimização desta condição clínica, especialmente na população mais idosa, como também a investigação de variáveis que poderão ajudar na sua prevenção e/ou intervenção (Torres et al., 2023).

De acordo com estas premissas, é então relevante compreender e investigar possíveis variáveis que possam influenciar o sentimento de pertença em diferentes contextos e idades. Assim, algumas investigações demonstram como esta variável pode

estar relacionada com a realização de voluntariado (Gemelli & Oltramari, 2020); com o envolvimento e uso das redes sociais em jovens (Smith et al., 2021); com a visualização de programas de televisão e música (Schäfer & Eerola, 2020) e ainda, com a assistência a jogos desportivos bem como a sua identificação com a equipa (Inoue et al., 2020).

Neste trabalho, é assim proposta a investigação de outra variável de forma a avaliar e observar a sua associação ao sentimento de pertença. Esta variável é a realização de genealogia e história da família.

### **Genealogia e História da família**

Apesar dos conceitos de “genealogia” e “história da família” estarem inteiramente ligados, possuem objetivos diferentes (S. Moore et al., 2021). O termo genealogia diz respeito à documentação da linhagem familiar através da coleta de certificados de nascimentos, casamento e óbito, produzindo assim um gráfico de linhagem da família (S. Moore et al., 2021). Porém, o termo “história da família”, apesar de incluir os mesmos procedimentos que a genealogia, foca-se primordialmente nas vivências dos familiares, através da recolha de outros dados igualmente importantes, tais como os seus relatos de vida, a sua biografia, a descrição de eventos e ainda uma recolha de dados sobre as suas doenças e causas de morte (S. Moore et al., 2021). Apesar destas diferenças, e devido ao facto de os dois termos estarem interligados, nesta investigação serão usados como sinónimos, tal como em outros trabalhos relevantes anteriores (S. Moore et al., 2021; Reiser, 2012).

Na última década, a realização de genealogia como passatempo, tem vindo a ser cada vez mais usada (HersHKovitz & Hardof-Jaffe, 2017; Klareld, 2023). Nos últimos anos existe um aumento do interesse pelos sujeitos em conhecer as suas origens, através de testes de ADN, pesquisas genealógicas e recolhas de informações sobre as histórias dos seus antepassados (Creet, 2020; S. M. Moore & Rosenthal, 2021).

Assim, várias áreas como a sociologia (Erben, 1991; Kramer, 2011), antropologia (Edwards, 2018) psicologia (Parker-Drabble, 2022) educação (Morieson et al., 2013) medicina (Cacioppo et al., 2015) economia (Bhalla & Lapeyre, 1997) ciência política (Yuval-Davis, 2006) e até *design* (Trudeau, 2006) interessaram-se por compreender este

tema através das suas próprias lentes. Nestes trabalhos, existe assim um maior foco em compreender a causa e motivação para a realização de genealogia por parte de um sujeito, como também, os efeitos deste passatempo nos mesmos (Herskovitz & Hardof-Jaffe, 2017).

A nível da frequência da realização de genealogia na população, após o contacto com um dos representantes de uma empresa global líder no mercado de genealogia em março de 2024, foi informado que no ano de 2023, foram criadas mais de 600 mil novas contas a nível mundial. Em Portugal, não é conhecido o número de sujeitos que realizam busca genealógica como passatempo, no entanto, através de algumas pesquisas realizadas para esta investigação, foi possível observar variadas comunidades criadas com o intuito de partilha de assuntos sobre genealogia. Após uma breve pesquisa, foram encontrados mais de 20 grupos de *Facebook* ligados a este tema cujos de maior escala contam com mais de 21 mil membros cada. Para além disto, existem 3 principais Associações ligadas a este tema da genealogia: a “Associação Portuguesa de Genealogia”, “Geneall” e a “Associação Amigos da Torre do Tombo”. Estas associações contam com mais de mil membros cada. Através destes dados é possível constatar que existe uma percentagem representativa de sujeitos que realizam busca genealógica por iniciativa própria.

A realização de genealogia requer um trabalho metuculoso. A busca genealógica inclui a construção de uma árvore familiar, a coleta de registos e documentos históricos, a entrevista de parentes próximos e longínquos, a deslocação aos locais onde viviam os antepassados, para recolha de informação nas igrejas, cemitérios e até com vizinhos. Estes sujeitos que realizam busca genealógica, despendem normalmente também muitas horas *online* em busca em bases de dados, e de parentes (Herskovitz & Hardof-Jaffe, 2017). Tais aspetos demonstram que o trabalho genealógico pode ser moroso e desafiador (Herskovitz & Hardof-Jaffe, 2017). Os sujeitos que realizam genealogia como passatempo são comumente intitulados como historiadores da família ou até historiadores da família amadores, por não serem remunerados ao exercer esta atividade (Evans, 2021; S. M. Moore, 2023; S. M. Moore & Rosenthal, 2021)

Em 2021, um estudo conduzido na Austrália investigou a motivação para a realização de genealogia como passatempo (Moore & Rosenthal, 2021). Como resultados

deste estudo, foram apresentados os seguintes motivos: a) motivos espirituais ou de sentido de vida; b) motivos de conforto; c) criação de conexões sociais e d) aumento da oportunidade de viagem. Sobre os motivos considerados em (a) as respostas aos estudos mencionavam uma religião específica ou uma razão espiritual ou transcendental para o empenho neste passatempo. Este motivo é importante pois, de acordo com Otterstrom (2016), por exemplo, os membros d'A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias, uma comunidade cristã presente em todo o mundo, demonstram um elevado interesse na realização de genealogia e história da família. Nesta religião, a realização de genealogia é altamente incentivada aos seus membros devido a algumas crenças presentes na sua doutrina. É de salientar também que, o contributo desta religião para a realização de genealogia tem sido de extrema importância tendo a mesma desenvolvido várias ferramentas de auxílio na busca de informações sobre os antepassados (Hjorthén, 2022). Em relação a motivos de conforto (b) foi observado neste estudo que este foi um motivo registado por diversos participantes. Os dados parecem apontar para que a realização de busca genealógica vá além dos sentimentos de prazer e relaxamento, comumente encontrados em outros passatempos. Neste sentimento de conforto estão também associados sentimentos de alívio em relação a emoções negativas fortes. Estas emoções negativas estão relacionadas a momentos de luto ou de doença severa. Relativamente ao tópico (c), a criação de conexões sociais demonstrou ser de maior importância para os sujeitos em estudo. Estas conexões sociais incluem conhecer outras pessoas que também realizam este passatempo, ganhar um maior envolvimento com a comunidade profissional em genealogia e ainda conhecer novos parentes. Por fim, sobre o quarto motivo, alguns sujeitos comentaram que a realização de busca genealógica permitiu uma maior descoberta de novas cidades e países, ao viajarem para conhecer os locais onde os seus antepassados habitaram. É possível então compreender que, tal como explicado por Haydon e colaboradores (2023) contar e partilhar histórias sobre os antepassados, pode desenvolver um sentimento de *self* pela conexão criada com as gerações anteriores.

## **Genealogia na psicologia**

As histórias partilhadas sobre os familiares criam um sentimento de proximidade, pertença e afinidade com a família (Haydon et al., 2023). Estes aspetos contribuem para uma relação familiar mais positiva (Haydon et al., 2023). Para além disto, a observação da integração do indivíduo no seu sistema familiar permite uma compreensão mais aprofundada sobre as duas vivências pessoais (He et al., 2022). A terapia familiar sistémica baseia-se no pressuposto de que os desafios e as dificuldades dos indivíduos podem ser melhor resolvidos através de um olhar sob o sistema relacional e o contexto em que este surgiu (Lorås et al., 2017). Tal aspeto evidencia como a psicopatologia no indivíduo interage frequentemente com os contextos relacionais do mesmo (He et al., 2022). A escola Transgeracional (um dos ramos da terapia familiar sistémica) demonstra como existe um processo de transmissão de padrões e projeções que perdura ou desenvolve-se ao longo de gerações (Bowen, 2007). A terapia transgeracional incorpora técnicas e teorias de forma a examinar a interação das famílias ao longo de diversas gerações como forma de compreender os problemas atuais e também prever futuros desafios relacionados com a família e conseqüentemente com o sujeito (Ballard et al., 2016). Uma das técnicas usadas neste tipo de terapia é visitar a família de origem com o intuito de conhecer melhor os seus membros (Ballard et al., 2016). Nesta terapia é assumido que uma melhor compreensão da família ajudará o sujeito a diferenciar-se (Ballard et al., 2016). O trabalho terapêutico com enfoque na família providencia assim uma visão e compreensão dos padrões de comportamento que foram passados de geração em geração (Ballard et al., 2016). Tal conhecimento permite ao sujeito a interrupção deste ciclo de disfunção ao escolher novos comportamentos e atitudes (Ballard et al., 2016; Bowen, 2007).

Para além de padrões e projeções familiares, o trabalho de Imber-Black (1999) tornou-se um marco importante na explanação da existência de diferentes tipos de segredos e mitos nas famílias que podem ser transmitidos de geração em geração e que acabam por insidiosamente influenciar os comportamentos e as decisões familiares. Isto significa que poderão existir traumas familiares escondidos (Bakó & Zana, 2020; Imber-Black, 1999). Bakó & Zana (2020) explicam como a vivência de um evento traumático pode prolongar-se no tempo passando para gerações futuras através de silêncios (negação

e repressão) sobre estas vivências. Para além da prorrogação de traumas entre gerações, estudos recentes demonstram como os efeitos do *stress* podem persistir também entre gerações e influenciar a sua saúde (Zhou & Ryan, 2023). Outros trabalhos demonstraram ainda como eventos experienciados pelos antepassados, tais como a migração forçada, pobreza e guerra, podem influenciar a narrativa pessoal e familiar atual de um descendente (Moore, 2022). Desta forma, tal como explicado por Bowen (2007) a compreensão de como a família respondeu no passado a momentos de crise fornece informações sobre as dificuldades atuais da família ou do sujeito.

Para além disto, o impacto das histórias e vivências dos antepassados na psique do sujeito podem ser compreendidos também através da terapia narrativa, pertencente ao modelo sistémico. A Terapia Narrativa foca-se nas narrativas do sujeito, sendo que cada nova forma de contar uma história torna possível também a criação de novos significados e ações para o mesmo (Gouveia-Pereira & Miranda, 2021). É neste contexto de contar, recontar e atribuir significado que as histórias assumem importância e organizam e mudam a vida do sujeito (Gouveia-Pereira & Miranda, 2021). É então na família que o sujeito se torna pela primeira vez autor e coautor de histórias. Numa perspetiva transgeracional desta terapia narrativa, autores como Bowen (2007) demonstram como o funcionamento individual está relacionado não só com as interações familiares mas também com as narrativas e as histórias construídas ao longo de variadas gerações.

Ainda sobre a inserção da genealogia na psicologia, é de ressaltar o trabalho realizado por Anne Ancelin Schutzenberger. Nos anos 70, nasce criada por esta autora uma nova vertente na psicologia: a psicogenealogia. Esta vertente expõe uma ligação entre a prática da psicologia através da utilização da genealogia (Justino, 2021). Deste modo, a psicogenealogia pretende compreender o indivíduo sob um olhar da sua história familiar (Justino, 2021). Ou seja, é através do conhecimento das histórias e vivências dos antepassados do sujeito, que é realizado um trabalho de análise sobre a influência que estas histórias poderão ter na vivência desse sujeito (Justino, 2021). Para Anne Schutzenberger, as vivências que possuímos e que reconhecemos a sua origem, numa vivência de um antepassado, têm o nome de trauma transgeracional (Schützenberger, 1999). Apesar do sujeito conscientemente não reconhecer estes traumas, através do trabalho psicoterapêutico sobre a sua família, é possível torná-lo consciente e assim obter

a sua superação (Justino, 2021). Podemos desta forma observar que, os conhecimentos dos antepassados de um sujeito poderão ser importantes para o crescimento pessoal e para a mudança terapêutica (Schützenberger, 1999; Moore, 2022).

### **Genealogia e bem-estar: identidade, ligação e pertença**

O recente trabalho de revisão realizado por Mitchell & Kim (2023) revela ser extremamente importante para a compreensão do impacto da realização de genealogia a nível psicológico. O seu estudo permitiu compreender os múltiplos temas dominantes que emergiram da análise de investigações anteriores, onde estes foram organizados em cinco categorias, estas são: 1- motivações para a sua prática; 2- respostas emocionais aos segredos familiares e a verdades anteriormente desconhecidas; 3- impactos nas relações na família de origem e com outros parentes; 4- impactos na identidade pessoal (incluindo impactos a nível étnico/racial e familiar/social); e ainda 5- exploração e reconstrução da identidade. A nível da identidade pessoal, autores como Lawton e colaboradores (2024) e Reiser (2012) sugeriram através dos seus estudos, que a busca e conhecimento de antepassados e das suas histórias influencia a identidade pessoal ou o sentimento de pertença ou na construção do *self* de diversas formas. Lawton e colaboradores (2024) descrevem como sujeitos que são adotados ou concebidos por dadores são menos afetados por descobertas genealógicas inesperadas em comparação com sujeitos não pertencentes a este tipo de contexto. Sobre o trabalho de Reiser (2012), é explicitado como o conhecimento das histórias e origens dos antepassados pode trazer um maior desejo de melhoria de si próprio como também dos seus valores e estilos de vida devido aos exemplos de valores altruístas e de trabalho demonstrados por estes antepassados.

Para além disto, o estudo recente realizado por Haydon e colaboradores, (2023) demonstrou ser importante para compreender esta relação positiva. Apesar deste estudo incidir numa população mais jovem, os seus resultados demonstram a importância que a variável “história da família” poderá ter no bem-estar. Foi percebido através desta investigação que o conhecimento da história da família contribui positivamente para o desenvolvimento da identidade em adolescentes. Como explicado pelos autores, o conhecimento da história das suas famílias e a participação na busca destas informações

promove a transmissão de valores e a sua reflexão como também a possibilidade de conexão com estes familiares e as suas vivências. Tal aspeto auxilia o desenvolvimento da identidade, o qual se encontra conectado a outras variáveis tais como sentimento de *self* e de pertença.

É neste âmbito que se insere a presente investigação. Sendo a população adulta a amostra em estudo, foi escolhido o sentimento de pertença como variável a observar de acordo com a envolvência dos sujeitos que realizam genealogia com regularidade. Como tal, em seguida são apresentados os objetivos que visaram a exploração destas variáveis importantes.

### **Objetivos do Estudo**

Este estudo propôs-se a estudar em adultos, qual a relação entre a realização de busca genealógica e o seu sentimento de pertença e bem-estar mental. Para tal foram definidos 3 objetivos específicos:

1) verificar se os adultos que realizam busca genealógica semanalmente, reportam significativamente maior sentimento de pertença comparativamente aos adultos que não realizam ou que realizam com menor frequência esta atividade;

2) aferir se os adultos que reportam maior sentimento de pertença através da busca genealógica, reportam também maiores níveis de bem-estar psicológico;

3) analisar se existem diferenças de idade em relação aos níveis de sentimento de pertença.

## **Métodos de Investigação**

### **Participantes**

Para este estudo foi usado como recurso uma amostragem não probabilística, por conveniência sendo que os seus participantes cumprem o critério de inclusão de serem maiores de 18 anos. Devido à abrangência do tema, não foi considerada uma idade máxima para participação no estudo. Desta forma, 494 indivíduos responderam ao questionário com idades compreendidas entre os 18 e os 92 anos ( $M = 46.56$ ;  $DP = 14.98$ ). Para além disto, foi adicionado como critério de inclusão, todos os adultos (maiores de 18 anos) que façam genealogia com maior ou menor regularidade. De forma a encontrar participantes dentro deste critério foram realizadas diversas estratégias que serão posteriormente detalhadas.

### **Tipo de estudo**

Este estudo quantitativo apresenta um delineamento transversal dado que as variáveis em estudo são avaliadas num único momento (Marôco, 2010). Para além disso, trata-se de um estudo correlacional e comparativo visto ser investigada a relação da amostra entre duas variáveis e assim estabelecer uma correlação entre estas.

### **Instrumentos**

#### ***Questionário sociodemográfico (Anexo A)***

Para o questionário sociodemográfico foram selecionadas algumas perguntas de forma a recolher informação importante acerca dos participantes deste estudo. Dentro deste questionário existem duas perguntas relevantes que podem ter influência direta no sentimento de pertença e também na realização de genealogia. Uma destas variáveis é ser adotado ou filho de dador de esperma ou ovócitos. Tal aspeto, demonstra ter uma influência direta na motivação para realizar genealogia e poderá assim influenciar o sentimento de pertença (Kramer, 2011; S. M. Moore & Rosenthal, 2021). A outra variável importante a referir é a nacionalidade. Esta é um critério importante visto que, por detrás da nacionalidade, está presente a cultura associada a esse país. A cultura poderá ser uma

variável que influencia as variáveis em estudo pois, em algumas culturas, os laços familiares podem não ser significativos para o sentimento de pertença de um sujeito (S. M. Moore & Rosenthal, 2021). Para além disto, foi incluída uma pergunta sobre religião devido também à sua associação com a realização de genealogia (Hjorthén, 2022).

Sobre as perguntas alusivas ao tema da genealogia, em primeiro lugar, foi perguntado aos sujeitos se realizavam este trabalho profissionalmente visto que, tal aspeto pode interferir com o sentimento de pertença e motivação para realizar genealogia (Kramer, 2011). Em seguida foi colocada uma pergunta relacionada com o número de horas despendidas a realizar este trabalho. A distribuição do número de horas exposta no questionário foi inspirada pelo trabalho de Moore & Rosenthal (2021). No entanto, de forma a ser uma pergunta mais abrangente foram colocadas outras possibilidades de resposta. Para melhor certificar a abrangência das respostas ao tipo de amostra, foi realizada uma pequena sondagem num dos grupos de *Facebook* dedicados à genealogia onde participaram 100 pessoas (Anexo B). Através desta sondagem, foram realizados alguns ajustes nas horas para englobar com maior precisão todas as diferentes horas em que os sujeitos realizam esta atividade.

Por fim, dentro da secção de genealogia foi realizada uma pergunta opcional sobre qual a motivação ao realizar este trabalho. Esta pergunta vai ao encontro do trabalho feito por Moore & Rosenthal (2021) e tem como objetivo averiguar como esta motivação pode ter um efeito positivo no sentimento de pertença. Estas respostas foram posteriormente categorizadas em 4 grupos diferentes (gosto/curiosidade, motivação religiosa, desenvolvimento pessoal e familiar e nacionalidade/trabalho). No Anexo C constam alguns exemplos de resposta pertencentes a estas 4 categorias.

### ***Instrumento de Avaliação do Sentimento de Pertença - IASP (Anexo D)***

O instrumento utilizado para medir o sentimento de pertença foi a versão portuguesa do Instrumento de Avaliação do Sentimento de Pertença – IASP - de Monteiro & Maia (2009). Este é um instrumento que pretende medir o sentimento de pertença em adultos. Trata-se assim de um questionário composto por 20 itens, onde os sujeitos indicam o grau de concordância com as afirmações expostas através de uma escala tipo

*Likert* de 5 pontos que varia desde “Discordo Completamente” (pontuação 1) até “Concordo Totalmente” (pontuação 5). O valor de consistência interna do instrumento no estudo de validação para a população portuguesa foi de  $\alpha = 0.92$  (Monteiro & Maia, 2009). Na amostra deste estudo, a fiabilidade foi de  $\alpha = 0.94$ .

### ***Inventário de Saúde Mental (MHI-5) (Anexo E)***

Para medir a saúde mental, foi utilizado o instrumento Inventário de Saúde Mental MHI-5 validado para a população portuguesa por José Pais Ribeiro (Ribeiro, 2001). Este instrumento é uma versão reduzida do instrumento MHI, originalmente composto por 38 itens. Desta forma, o MHI-5 composto por 5 itens, faz a avaliação do *stress* psicológico como também do bem-estar na população em geral, e foca-se nos sintomas psicológicos de humor e ansiedade, bem como na perda de controlo sobre os comportamentos, pensamentos e sentimentos (Ribeiro, 2001). Este instrumento é assim composto por 5 afirmações de autorresposta onde a resposta a cada item é dada numa escala ordinal de seis posições. O MHI-5 apresenta uma consistência interna de  $\alpha = 0.80$  (Pais Ribeiro, 2001). Neste estudo, a fiabilidade apresentada foi de  $\alpha = 0.88$ .

### ***Escala de Estatuto Social Subjetivo***

De forma a medir o estatuto social dos participantes, foi utilizada a Escala de Estatuto Social Subjetivo proposta por MacArthur (Adler et al., 2000). Este instrumento permite avaliar a perceção subjetiva de cada participante sobre o seu estatuto social, e ainda demonstra como o rendimento individual está relacionado com a saúde visto este ser um marcador individual e subjetivo (Adler et al., 2000). Neste instrumento é pedido ao participante para se posicionar numa escada enumerada de 0 a 10 e que representa a sua auto-avaliação sobre o estatuto socioeconómico tendo em conta a sociedade onde se insere. Nesta escada, o número 0 representa assim os sujeitos com um estatuto mais baixo (menos dinheiro, escolaridade e empregos menos valorizados) e no topo da escada os sujeitos com estatuto mais alto (mais dinheiro, escolaridade e empregos mais valorizados).

## Procedimento

Anterior à divulgação do questionário, e de forma a avaliar as perguntas antes da sua aplicação em larga escala, foi realizado um estudo piloto onde foi pedido a 10 pessoas para preencherem e avaliarem o questionário em questão. Dentro destas 10 pessoas encontravam-se os colegas e a professora da turma de seminário de dissertação, como também alguns familiares com maior experiência no mundo académico e em genealogia. A realização deste estudo piloto permitiu assim diminuir a ambiguidade nas respostas e ainda identificar problemas técnicos na seleção das mesmas. Como exemplo, a questão com relação à religião e adoção, foi acrescentada a opção “prefiro não responder” por serem questões que poderão ser consideradas como delicadas. Para além disto, este estudo permitiu também fazer a cronometragem do tempo de resposta de cada indivíduo, onde a sua média foi de 6 minutos.

Para a presente investigação, foi realizada a recolha de dados através da elaboração de um formulário na plataforma digital *Google Forms*, onde o *link* associado a este esteve ativo de dezembro de 2023 a fevereiro de 2024.

A divulgação do questionário foi realizada através de um *link* nas redes sociais *Instagram*, *Facebook* e *Whastapp* e com maior foco nos grupos de *Facebook* alusivos à genealogia. Junto do *link* alusivo ao questionário, foi anexada uma imagem com uma foto e uma breve explicação do objetivo deste estudo de forma a despertar maior atenção dos participantes presentes nestes grupos (Anexo F). Em total, esta imagem e *link* foram partilhados em 13 grupos de *Facebook*. Foi também realizada a afixação de cartazes em estabelecimentos de genealogia tais como o Centro de História da Família em Lisboa e numa Instituição de Arquivo Histórico, a Torre do Tombo também em Lisboa. Foi utilizado no cartaz um *QR CODE* que redirecionava os indivíduos para o inquérito.

O questionário elaborado foi constituído por 5 secções: Secção 1) Consentimento Informado, onde foi apresentado aos participantes um texto que visava estabelecer o carácter voluntário da participação no estudo como também o seu anonimato. Destaca ainda a possível desistência do mesmo a qualquer momento. Em seguida, foi pedida a compreensão deste consentimento como também a confirmação de ter mais de 18 anos.

Foi ainda divulgado um contacto de *email* para o esclarecimento de dúvidas; 2) Questionário Sociodemográfico, onde são realizadas perguntas sobre a idade, género, estado civil, grau de ensino, situação profissional atual, nacionalidade, se possui uma religião e pratica-a ativamente, se é adotado ou filho de dador de esperma ou ovócitos e por fim é utilizada a escala de Estatuto Social Subjetivo de McArthur; 3) Questionário sobre genealogia, onde são apresentadas 3 questões referentes ao tema. A primeira questiona se o participante realiza genealogia profissionalmente, a segunda visa compreender a frequência com que realiza a atividade (com opções que variam de mais de 20 horas semanais até nunca ter feito) e, por último, uma questão aberta concernente à motivação para realização de genealogia. Embora não vá ser realizada uma análise qualitativa neste estudo, foi adicionada esta pergunta de forma a compreender melhor as diferentes motivações para a realização desta atividade; 4) Instrumento de Avaliação do Sentimento de Pertença, composto por 20 afirmações respondidas através de uma escala tipo *Lickert* de 5 pontos; 4) Inventário de Saúde Mental, composto por 5 questões respondidas através de uma escala tipo *Lickert* de 6 pontos; 5) para finalizar, foi então apresentada uma nova página informando o término do questionário e agradecendo a participação. Sendo que algumas perguntas incidem sobre o sentimento de cada indivíduo no que toca à sua saúde e sentimento de pertença, foram disponibilizadas as linhas de apoio psicológico do SNS 24 e SOS Voz Amiga caso estas questões suscitassem dificuldades emocionais (Anexo G).

### **Análise de Dados**

Para analisar estatisticamente os dados foi utilizado o programa *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versão 29.0. Relativamente à confiabilidade dos instrumentos utilizados, esta foi avaliada através do cálculo do *Alpha* de Cronbach. De acordo com os critérios de seleção dos valores de *Alpha* propostos por Pestana & Gageiro (2014), nesta amostra o Inventário de Saúde Mental (MHI-5) apresentou uma boa confiabilidade ( $\alpha= 0.88$ ) e o Instrumento para Avaliação do Sentimento de Pertença apresentou uma confiabilidade muito boa ( $\alpha= 0.94$ ).

De forma a aceitar a homogeneidade dos resultados, foi evocada a Teoria do Limite Central (Marôco, 2010), que indica a existência de uma distribuição com tendência para a normalidade quando o estudo possui uma amostra de grande dimensão, superior a 30 participantes. Deste modo, não foi verificada a normalidade dos pressupostos sendo assim realizados os testes paramétricos.

Quanto aos instrumentos usados, no Instrumento de Avaliação do Sentimento de Pertença (IASP) foram invertidos os itens 18 e 19 por conterem afirmações positivas em contraste como os restantes itens que se referem a afirmações negativas. Quanto ao Instrumento MHI-5, foram também invertidos os itens 1, 3 e 5 por remeterem a questões sobre o mal-estar em contraste com os restantes itens que questionam sobre o bem-estar. Para além disto, relativamente à utilização da Escala de Estatuto Social Subjetivo, de forma a apresentar de forma descritiva os seus resultados, foi realizado um ponto de corte onde foram divididas as 10 categorias em apenas 3: nível baixo, médio e alto. Para o nível baixo foram compreendidos os valores da escala entre 1 e 3, para o médio os valores entre 4 e 7 e para os níveis altos constaram os valores entre 8 e 10. A utilização deste ponto de corte foi baseada no trabalho realizado por Moss e colaboradores (2023) que utilizaram esta mesma categorização.

Inicialmente, foi realizada uma análise de todos os dados sociodemográficos a partir da estatística descritiva com o intuito de compreender as características da amostra e as suas correlações com o Sentimento de Pertença e a Saúde Mental. Adicionalmente, de forma a identificar as variáveis que melhor demonstram possíveis correlações com o sentimento de pertença e à saúde mental, foram utilizadas as matrizes de correlação de Pearson. Posteriormente foram utilizados os testes *T-Student*, Qui-Quadrado e Análise de Variância (ANOVA) e Modelos de Regressão Logística para investigação dos objetivos específicos supramencionados. Para análise estatística dos resultados foi usado um nível de significância de 5% (valor de  $p < .05$ ).

## Resultados

### Análise da Amostra de Participantes

Participaram neste estudo 494 sujeitos cuja faixa de idades foi bastante alargada, possuindo participantes entre os 18 e os 92 anos ( $M = 46.56$ ;  $DP = 14.98$ ). No entanto, a sua média de idades demonstrou ser mais elevada, evidenciando assim na amostra uma maior presença de adultos mais velhos em comparação com jovens adultos. Para além disto, obteve-se uma maior percentagem de mulheres (61.5%) em comparação com homens (38.5%). Neste estudo não participaram pessoas com identidades de género não binárias. A maioria dos participantes referiu ser casado ou viver em união de facto (66.4%), ser licenciado (36.8%), estar empregado (64.6%) e ter nacionalidade portuguesa (83.4%). A nível da nacionalidade, os restantes 16% referiram ter nacionalidade originária do continente africano (moçambicana, guineense, angolana, cabo-verdiana), europeu (italiana, espanhola, polonesa e francesa) e américa do sul e norte (estados unidos, venezuelana, argentina e trinitário-tobagense). A maioria dos participantes referiu ainda possuir uma religião e praticá-la ativamente (63%) e não ser adotado ou filho de dador de esperma/ovócitos (98.6%). Sobre a realização de genealogia, a maioria dos inquiridos respondeu não trabalhar profissionalmente nesta área (94.3%) e realizar genealogia algumas vezes por ano (30%) e por mês (24.1%). Sobre a sua motivação para realizar esta atividade, a maior parte dos participantes referiu realizar por gosto ou curiosidade (39.1%). Por fim, ao nível das variáveis sociodemográficas relacionadas com genealogia, apesar da variável cultural estar presente neste estudo, esta não demonstrou ser representativa visto que mais de 80% dos inquiridos são de nacionalidade portuguesa. Para além disto, apenas 1% dos inquiridos referiu ser adotado ou filho de dador de esperma ou ovócitos. Deste modo, a nacionalidade e ser adotado ou filho de dador, não foram considerados como critérios de exclusão para análise dos resultados. Os dados sociodemográficos descritos encontram-se presentes na Tabela 1.

**Tabela 1***Caracterização da amostra*

Variável	N	%
<b>Género</b>		
Feminino	304	61.5
Masculino	190	38.5
<b>Estado Civil</b>		
Solteiro	116	23.5
Casado/União de fato	328	66.4
Viúvo	9	1.8
Separado	41	8.3
<b>Grau de Ensino</b>		
Até ao 4º ano	3	0.6
6º ano	8	1.6
9º ano	30	6.1
12ºano	134	27.1
Licenciatura	182	36.8
Mestrado	124	25.1
Doutoramento	13	2.6
<b>Situação profissional</b>		
Empregado	319	64.6
Trabalhador-estudante	29	5.9
Desempregado	51	10.3
Reformado	62	12.6
Estudante	33	6.7
<b>Nacionalidade</b>		
Portuguesa	412	83.4
Outros	82	16.6
<b>Religião</b>		
Sim	311	63
Não	158	32
Não respondeu	25	5.1
<b>Adoção o filho de dador</b>		
Sim	5	1
Não	487	98.6
Não respondeu	2	0.4
<b>Estatuto Social Subjetivo</b>		
Alto (8-10)	73	16
Médio (4-7)	380	76.9
Baixo (1-3)	35	7.1
<b>Trabalha profissionalmente com genealogia</b>		
Sim	28	5.7
Não	466	94.3

**Tempo despendido a realizar genealogia**

1-10 horas semana	74	15
11-20 horas semana	22	4.5
+20 horas semana	35	7.1
Algumas vezes por mês	119	24.1
Algumas vezes por ano	148	30
Nunca	96	19.4

**Motivação para realizar genealogia**

Gosto/curiosidade	193	39.1
Motivação religiosa	69	14
Desenvolvimento pessoal e familiar	85	17.2
Nacionalidade ou trabalho	5	1
N/A	142	28.7

	Média	DP	Mín.	Máx.
<b>Idade</b>	46.56	14.90	18	92
<b>Sentimento de Pertença</b>	77.77	13.51	29	100
<b>Saúde Mental</b>	37.59	18.23	0	100

*Nota.* D= Desvio Padrão; Mín = Mínimo; Máx= Máximo .

**Relação entre Variáveis**

Em relação aos instrumentos aplicados, nesta amostra, a média do sentimento de pertença foi de 77.77 ( $\pm 13.51$ ), variando de um mínimo de 29 a um máximo de 100. Desta forma, é possível inferir que a amostragem revela um sentimento de pertença elevado. Quanto à saúde mental, a sua média nesta amostra foi de 37.59 ( $\pm 18.23$ ) variando num valor mínimo de 0 e máximo de 100. É assim notório nesta amostra um índice de saúde mental muito baixo. Para além disto, foi considerado o ponto de corte apresentado por Ribeiro (2011) onde abaixo de 52 pontos, é observável a existência de sintomas graves de sofrimento psicológico e a baixo de 60 pontos é observável a presença de sintomas moderados. Foram então divididos os participantes por estes 3 níveis de pontuação: grupo 1: 0- 52 pontos para sintomas graves, grupo 2: de 53 a 60 pontos para sintomas moderados

e grupo 3: acima dos 61 pontos para sintomas leves ou inexistentes. Na tabela seguinte são apresentados os dados desta distribuição onde é notável a presença de sintomas graves na maior percentagem de participantes deste estudo (83,4%).

**Tabela 2**

*Ponto de corte do instrumento MHI-5 para sintomas graves, leves e moderados*

		Frequência	Percentagem	Percentagem válida	Percentagem acumulativa
Válido	Graves	412	83.4	83.4	83.4
	Moderados	17	3.4	3.4	86.8
	Leves	65	13.2	13.2	100.0
	Total	494	100.0	100.0	

De forma a compreender melhor esta distribuição, foi realizada uma comparação entre estes resultados e o género através de um teste qui-quadrado. Os resultados demonstraram que existe uma relação estatisticamente significativa onde as mulheres apresentam maior frequência em todos os grupos. Os resultados desta amostra poderão ser observados na tabela 3 presente no anexo H.

### **Relação entre Sentimento de Pertença e Amostra**

Sendo o sentimento de pertença a variável dependente principal neste estudo, foram realizadas Análises de Variância (ANOVA) de modo a verificar a existência de diferenças significativas no nível de sentimento de pertença entre os diferentes grupos da amostra. Nestas variáveis, que podem ser consultadas na tabela 4, encontrou-se uma relação estatisticamente significativa entre o sentimento de pertença e os seguintes grupos: estado civil, grau de ensino, situação profissional, religião, ser adotado ou filho de dador, estatuto social subjetivo e também o tempo despendido a realizar genealogia. A nível da população que demonstrou maior sentimento de pertença em cada uma destas variáveis, é possível denotar um maior sentimento em participantes viúvos ( $F(3;490)=3.22, p=.02$ ),

com doutoramento ( $F(4;489)=2.90, p=.009$ ), em sujeitos que se encontram reformados ( $F(6;487)=6.31, p<.001$ ), em participantes que afirmam ter uma religião e praticá-la ativamente ( $F(2;491)=4.27, p=.01$ ), em participantes que referem não serem adotados ou filhos de dador ( $F(2;491)=4.27, p=.04$ ), em sujeitos com estatuto social mais elevado ( $F(2;491)=20.34, p=.001$ ) e a nível do tempo despendido, em sujeitos que realizam genealogia por 20 horas semanais ou mais ( $F(5;488)=2.74, p=.01$ ). Por fim, com relação à população destas variáveis que apresentou menor sentimento de pertença, é possível observar que são os participantes solteiros ( $F(3;490)=3.22, p=.02$ ), que se encontram no 6º ano de escolaridade ( $F(4;489)=2.90, p=.009$ ), os estudantes ( $F(6;487)=6.31, p<.001$ ), a nível da religião são os sujeitos que preferiram não responder a esta pergunta ( $F(2;491)=4.27, p=.01$ ), como também os sujeitos que optaram por não responder à questão sobre ser adotado ou filho de dador ( $F(2;491)=4.27, p=.04$ ). Por fim, em relação à variável estatuto social subjetivo, os sujeitos com um estatuto social mais baixo apresentam menor sentimento de pertença ( $F(2,491)=20.34, p<.001$ ) e sobre o tempo dispensado a realizar genealogia são os participantes que nunca realizaram esta atividade que também demonstram significativamente menor sentimento de pertença ( $F(5;488)=2.74, p=.01$ ).

**Tabela 4**

*Análises das Variâncias One-Way da amostragem com relação ao Sentimento de Pertença*

Variável	Média Sentimento de Pertença	Desvio Padrão	Sig. Entre Grupos
<b>Estado Civil</b>			
Solteiro	74.75	13.98	.02*
Casado/União de fato	78.7	13.09	
Viúvo	84.33	10.74	
Separado	78.14	14.36	
<b>Grau de Ensino</b>			
Até ao 4º ano	80.00	4.58	.009*
6º ano	66.87	16.41	
9º ano	76.16	12.85	
12ºano	75.08	14.38	
Licenciatura	78.73	12.86	
Mestrado	80.10	12.94	

Doutoramento	82.07	11.31	
<b>Situação profissional</b>			
Empregado	78.91	12.58	< .001*
Trabalhador-estudante	76.72	15.46	
Desempregado	74.80	15.48	
Reformado	80.45	11.63	
Estudante	68.15	15.58	
<b>Religião</b>			
Sim	77.91	13.62	.01*
Não	78.84	12.29	
Não respondeu	70.44	16.64	
<b>Adoção ou filho de dador</b>			
Sim	70.8	26.02	.04*
Não	77.99	13.26	
Não respondeu	57.00	8.48	
<b>Estatuto Social Subjetivo</b>			
Alto (8-10)	84.16	11.74	< .001*
Médio (4-7)	77.45	12.41	
Baixo (1-3)	67.65	19.84	
<b>Tempo despendido a realizar genealogia</b>			
1-10 horas semana	80.71	11.20	.01*
11-20 horas semana	76.59	13.60	
+20 horas semana	83.54	10.76	
Algumas vezes por mês	76.21	14.57	
Algumas vezes por ano	77.77	13.18	
Nunca	75.92	14.29	

Nota: \* $p \leq 0.05$

Adicionalmente, foi realizado um teste *T-Student* de forma a analisar as diferenças no sentimento de pertença entre género e nacionalidade. Como constado na tabela 5, estas variáveis não apresentaram diferenças estatisticamente significativas no nível de sentimento de pertença (género:  $t(492)=-.097$ ,  $p=.28$ ; nacionalidade:  $t(492)=.492$ ,  $p=.69$ ).

**Tabela 5**

*Teste T-Student para variável gênero e nacionalidade com relação ao sentimento de pertença*

Variável	M	DP	<i>p</i>
<b>Gênero</b>			
Feminino	77.78	13.92	.28
Masculino	77.91	12.74	
<b>Nacionalidade</b>			
Portuguesa	77.97	13.37	.69
Outra	77.18	13.97	

*Nota:* M=Média e DP= Desvio Padrão

### **Relação entre frequência da realização de genealogia e sentimento de pertença**

De acordo com o objetivo 1, é proposto analisar se os adultos que realizam busca genealógica semanalmente, reportam significativamente maior sentimento de pertença comparativamente aos adultos que não realizam ou que realizam com menor frequência esta atividade. Para a testagem deste objetivo específico, foi primeiramente recodificada a variável “Quanto tempo despende a realizar este trabalho?” em 2 grupos: no grupo 1 foram adicionadas as opções “mais de 20 horas por semana”, “11-20 horas por semana” e “1-10 horas por semana”. No grupo 2 foram adicionadas as opções “algumas vezes por mês”, “algumas vezes por ano” e “nunca”. Após isto, foi realizado um teste *T-Student* de forma a comparar estes dois grupos em relação ao sentimento de pertença. Como demonstrado na tabela seguinte, participantes que realizam genealogia numa frequência semanal, apresentam um nível de sentimento de pertença significativamente mais alto ( $80.77 \pm 11.64$ ) em comparação com os participantes que realizam com menos regularidade ou que nunca realizaram esta atividade ( $76.77 \pm 13.93$ ),  $t(492) = 2.93$ ,  $p = .007$ .

**Tabela 6**

*Teste T-Student para a variável tempo despendido a realizar genealogia e sentimento de pertença*

Variável	M	DP	<i>p</i>
<b>Tempo de Genealogia</b>			
grupo 1 - frequência semanal	80.77	11.64	.007*
grupo 2 - pouca ou nenhuma frequência	76.77	13.93	

*Nota.* M=Média; DP= Desvio Padrão; \* $p \leq .001$

Adicionalmente, e para melhor compreensão desta variável correspondente à frequência de realização de genealogia, foram também investigadas as restantes variáveis sociodemográficas que estão, como indicado pela literatura sobre o tema, relacionadas com genealogia. Estas foram: género, idade, grau de ensino, situação profissional, estatuto social subjetivo, nacionalidade, religião, adoção ou filho de dador e ainda a motivação para realização esta atividade. Foi realizado um teste qui-quadrado para a variável género, grau de ensino, profissão, nacionalidade, religião, adoção e motivação. Os resultados da aplicação deste teste encontram-se no Anexo H, tabela 7. Entre os resultados observados é de salientar as relações estatisticamente significativas entre os dois grupos de realização de genealogia e as variáveis de género ( $\chi^2(1) = .091, p = .04$ ); grau de ensino ( $\chi^2(6) = .172, p = .02$ ); religião ( $\chi^2(2) = .119, p = .03$ ) e motivação ( $\chi^2(3) = .215, p = .001$ ). Perante os resultados, foi possível denotar que nesta amostra, as mulheres realizam mais genealogia do que os homens a nível semanal, e que são os indivíduos com licenciatura e que possuem uma religião e a praticam ativamente que também realizam com maior frequência esta atividade. A nível de razão/motivação para realizar genealogia, são os indivíduos que afirmam realizar por gosto/curiosidade que realizam também esta atividade numa frequência semanal.

Quanto às variáveis sociodemográficas idade e estatuto social subjetivo, foi realizado um modelo de regressão logística. Para a utilização deste teste foi recodificada a variável dependente para novos valores sendo que foi atribuído o valor “0” ao grupo 2 associado aos sujeitos que realizam genealogia com menor frequência e o valor 1 ao grupo 1 representando os sujeitos que realizam genealogia numa frequência semanal. Na tabela 8 presente no anexo H, é possível denotar que este modelo geral foi significativo,  $\chi^2 = 21.45$ ,

df = 2,  $p < .001$  sendo observado que a idade está positiva e significativamente associada a uma maior frequência na realização de genealogia OR1.03(95%IC [1.018, 1.048]). No entanto, como também mostrado na mesma tabela, o estatuto social não demonstrou ser uma variável com associação significativa OR1.02(95%IC [0.903,1.164]). O valor de Nagelkerke R<sup>2</sup> para o modelo foi de 0.06, indicando assim que estas duas variáveis testadas predizem 6% da variância nos grupos de realização de genealogia.

Por fim, foram adicionadas as variáveis sociodemográficas significativas observadas nas análises anteriores, ao mesmo modelo de regressão. O modelo geral demonstrou significância estatística,  $\chi^2 = 33.07$ , df = 9,  $p < .001$ , e através dos resultados presentes na tabela 9 no anexo H, é observado que apenas as variáveis “idade” OR1.03(95%IC [1.018, 1.048]) e “motivação” OR1 .070 (95%IC [.008, .651]) foram estatisticamente significativas para este modelo. Quanto ao valor de Nagelkerke R<sup>2</sup> para o modelo foi de 0.126, indicando assim que estas variáveis foram responsáveis por 12% da variância nesta variável dependente.

### **Relação entre sentimento de pertença e saúde mental**

Neste segundo objetivo propusemo-nos a analisar se os adultos que reportam maior sentimento de pertença através da busca genealógica, reportam também maiores níveis de saúde mental. Para testar esta hipótese foi usado um teste de correlação de Pearson de forma a avaliar a relação entre a variável sentimento de pertença e a variável saúde mental. Como apresentado na tabela seguinte, houve uma correlação estatisticamente significativa negativa entre estas duas variáveis,  $r(492) = -.548$ ,  $p = <.001$ . Esta correlação pode ser considerada de magnitude moderada (Pestana & Gageiro, 2014)

**Tabela 10**

*Correlação de Pearson entre Sentimento de Pertença e Saúde Mental*

<b>Variável</b>	<b>n</b>	<b>M</b>	<b>DP</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
1. Sentimento de Pertença	494	37.59	18.23	-	-0.54**
2. Saúde Mental	494	77.83	13.46	-0.54**	-

*Nota.* n= Número de participantes; M= Média; DP= Desvio Padrão;  $p = <.001$

De forma a analisar com maior profundidade esta correlação negativa, foi realizada uma Análise de Variâncias (ANOVA) para as variáveis sociodemográficas que demonstraram significância estatística com relação ao sentimento de pertença (presente na tabela 4). Estas foram: estado civil, grau de ensino, situação profissional, religião, adoção/filho de dador, estatuto social subjetivo e tempo despendido a realizar genealogia.

Segundo a tabela 11 presente no anexo H, verificou-se uma diferença estatisticamente significativa entre os grupos: estado civil, situação profissional, religião, estatuto social subjetivo e tempo despendido na realização de genealogia. A nível da população que demonstrou maior saúde mental em cada uma destas variáveis, é possível denotar um maior nível de saúde em solteiros ( $F(2;27)=7.515, p=.001$ ); estudantes ( $F(4;489)=7.490, p<.001$ ), indivíduos que preferiram não responder sobre possuir uma religião ( $F(2;491)=4.334, p=.014$ ), sujeitos que se encontram no nível baixo de acordo com o estatuto social subjetivo ( $F(2,491)=8.86, p<.001$ ) e ainda em indivíduos que nunca realizaram genealogia ( $F(5;488)=3.538, p=.004$ ). Por outro lado, a nível da população nestas variáveis que apresentou menor saúde mental, é possível observar que são os sujeitos viúvos ( $F(2;27)=7.515, p=.001$ ), reformados ( $F(4;489)=7.490, p<.001$ ), indivíduos que afirmam possuir uma religião ( $F(2;491)=4.334, p=.014$ ) e que se encontram num nível mais alto concernente ao estatuto social subjetivo ( $F(2,491)=8.86, p<.001$ ) e ainda os sujeitos que fazem genealogia por mais de 20 horas semanais ( $F(5;488)=3.538, p=.004$ ).

Apesar da variável “género” não demonstrar significância estatística na tabela 5, foi decidido avaliar a sua significância em relação à saúde mental devido à sua pertinência. Através dos resultados demonstrados na tabela 12 (anexo H), os participantes masculinos apresentaram níveis de saúde mental significativamente mais baixos ( $34.2 \pm 16.6$ ) em comparação com as mulheres ( $39.6 \pm 18.8$ ),  $t(492) = 3.24, p=.004$ .

## Relação entre idade e sentimento de pertença

Para o objetivo 3, foi proposto analisar se existem diferenças de idade em relação ao sentimento de pertença. Foi realizado um teste de correlação de Pearson. Na tabela 13 observa-se uma correlação significativa e positiva entre o sentimento de pertença e a idade,  $r(492) = .235, p < .001$ . Esta correlação foi de magnitude fraca (Pestana & Gageiro, 2014). Com esta correlação é possível afirmar que quanto maior a idade, maior o sentimento de pertença e vice-versa.

**Tabela 13**

*Correlação de Pearson entre idade e sentimento de pertença*

Variável	n	M	DP	1	2
1. Idade	494	46.56	14.98	-	.23**
2. Sentimento de Pertença	494	77.83	13.46	.23**	-

*Nota.* n= número de participantes; M= média; DP= desvio padrão; \*\* $p < .001$

Perante este resultado, foi também realizada a mesma correlação para analisar a mesma variável em relação agora à saúde mental. Na tabela 14 encontra-se o resultado da correlação entre idade e saúde mental nesta amostra. Como é possível observar, existe uma correlação estatisticamente significativa e negativa entre as duas variáveis permitindo afirmar que quanto menor a idade, maior a saúde mental e vice-versa  $r(492) = -.304, p < .001$ . Esta correlação é de magnitude fraca (Pestana & Gageiro, 2014).

**Tabela 14**

*Correlação de Pearson entre idade e saúde mental*

Variável	n	M	DP	1	2
1. Idade	494	46.56	14.98	-	-,30**
2. Saúde Mental	494	37.59	18.23	-,30**	-

*Nota.* n= número de participantes; M= média; DP= desvio padrão; \*\* $p < .001$

De modo a compreender a distribuição desta variável pela amostra, foi também testada a distribuição das idades pelo género. Para tal, foi realizado um teste *T-Student* onde foram comparadas as médias das idades nos dois géneros. Na tabela 15 observa-se como, apesar desta relação não demonstrar significância estatística, a média de idades entre as mulheres é mais baixa do que nos homens  $t(491) = -1.482, p = .171$ .

**Tabela 15**

*Teste T-Student para a relação entre idade e género*

Variável	M	DP	<i>p</i>
<b>Género</b>			
Feminino	45,58	15,28	.17
Masculino	48,13	14,40	

*Nota:* M=Média e DP= Desvio Padrão

## Discussão

O desenvolvimento do sentimento de pertença, requer a criação de oportunidades de conexão, ou seja, da disponibilidade de pessoas, grupos, espaços, tempo e contextos que possibilitem o desenvolvimento deste sentimento (Allen, Kern, et al., 2021). Perante esta afirmação, o presente estudo teve como objetivo principal avaliar se a realização da atividade de busca de informações sobre antepassados está associada a níveis mais elevados de sentimento de pertença. Adicionalmente, foi explorado como o sentimento de pertença e a saúde mental poderiam estar relacionadas.

No que se refere à regularidade da realização de genealogia, foi possível observar maiores níveis de sentimento de pertença em adultos que realizam entre 1 a mais de 20 horas semanais esta atividade comparando com sujeitos que realizam apenas mensalmente, anualmente ou que nunca realizaram. Tal aspeto vai ao encontro dos resultados esperados visto que, de acordo com investigações anteriores, a participação em rituais familiares intergeracionais como o conhecimento de histórias sobre os antepassados, permite a transmissão e reflexão de valores do sujeito e está associado a

sentimento de identidade do mesmo (Haydon et al., 2023). Para além disto, Kramer (2011) um dos autores mais citados no que toca ao sentimento de identidade presente na genealogia, refere como a realização de genealogia facilita não só o aumento do sentimento de pertença, como também um sentimento de conexão que se prolonga através de gerações. Outra explicação para o aumento do sentimento de pertença ao realizar com maior frequência esta atividade está presente no trabalho de Moore & Rosenthal (2021). Nesta investigação, os autores explicam como a realização de genealogia também promove a atividade social pois o genealogista, de forma a realizar as descobertas históricas, acaba por entrar em contacto com familiares em busca de novas informações, como também existe a possibilidade de estar em contacto com outros genealogistas através da frequência presencial nestes centros de história da família ou até em grupos de partilha *online* sobre o tema. Tal partilha social, pode ser um indicador importante para o sentimento de pertença de um sujeito (Allen, Kern, et al., 2021).

De acordo com os resultados significativos obtidos, a idade e a motivação para a realização de genealogia são duas variáveis importantes no que toca à maior realização de genealogia. Esta associação vai também a favor da literatura visto que Moore & Rosenthal (2021) descrevem como os sujeitos mais velhos demonstram realizar mais esta atividade, devido ao processo metuculoso e moroso da genealogia, o qual acaba por ser necessário mais tempo para a sua realização como também a possibilidade de maior necessidade de pertença com a família. Relativamente à motivação, é possível compreender que a realização por gosto/curiosidade é a principal motivação reportada pelos participantes. Estes resultados corroboram o trabalho proposto por Moore & Rosenthal (2021), onde a opção “*curiosidade pelas minhas raízes*” foi uma das razões mais populares entre os participantes do estudo no que diz respeito à realização desta atividade. Estes resultados são relevantes pois apesar da religião poder ser apresentada como um fator importante no que toca à realização de genealogia (Otterstrom, 2016), é no entanto, o gosto/curiosidade por esta atividade que mais sugere manter os sujeitos motivados.

Sobre a relação entre sentimento de pertença e saúde mental, de acordo com a literatura sobre este tema, os resultados neste estudo foram inesperados, mas bastante curiosos e relevantes. Foi possível denotar uma correlação negativa significativa entre estas duas variáveis o que, de acordo com a literatura, não seria expectável. No entanto,

existem algumas considerações importantes sobre esta correlação significativa: em primeiro lugar, é importante considerar a conceção de Allen e colaboradores (2021) sobre o conceito de sentimento de pertença. Como descrito pelos autores, este construto é influenciado por variados eventos e stressores diários, que podem influenciar este sentimento ao longo do dia, tal como outras emoções que também se alteram ao longo do dia. É importante realçar que os dados da amostra foram recolhidos apenas num determinado espaço temporal e que constitui apenas uma “fotografia” sobre o sentimento de pertença em si. Isto significa que, o conceito de sentimento de pertença é bastante vasto e requer ser avaliado não só pela quantidade de pessoas que fazem parte da rede do sujeito como também da qualidade e motivação para essas relações, o que é de difícil análise perante a utilização de um instrumento apenas (Allen, Kern, et al., 2021; Monteiro & Maia, 2009). Em segundo lugar, a recolha de respostas foi principalmente realizada durante o mês de dezembro. Segundo Schneider e colaboradores (2023) a época natalícia pode estar associada a uma menor saúde mental devido a fatores ansiogénicos adjacentes a esta comemoração. Como explicado pelos autores, esta festividade social pode envolver tensão interpessoal, conflitos e desilusão pessoal. Para além disto, segundo os mesmos autores, os sentimentos de solidão podem ainda ser maiores durante esta época. Tal aspeto, seria uma possível explicação para o facto de os sujeitos nesta amostra apresentarem um sentimento de pertença alto, porém uma saúde mental baixa. Apesar de a longo prazo os sujeitos se sentirem parte integrante desse sistema ou ambiente, a curto prazo, o encontro social pode ser de difícil gestão emocional devido às expectativas ou solidão encontradas. Para além disto, é de referir também a revisão sistemática feita por Øverland e colaboradores (2020) que explica, através de diferentes investigações, como na altura do inverno os sujeitos podem manifestar maiores sintomas depressivos em comparação com outras estações do ano devido a diversos fatores, tais como: padrões de sono, prevalência de doenças e até níveis mais baixos de atividade física. Esta hipótese é importante tendo em conta que os sujeitos que apresentam pior saúde mental são os viúvos e reformados, como também são os homens os quais também apresentam uma média de idades mais elevada. Em terceiro lugar, durante o decorrer dos meses de partilha do *link* de resposta ao questionário, alguns participantes realizaram comentários sobre o seu parecer ao participar neste estudo. Um dos comentários recebidos por um participante foi: “estas

*perguntas lá para o final eram meio tristes(...)*”, demonstrando assim o surgimento de emoções adversas ao finalizar o questionário. No anexo I é possível encontrar outros comentários iniciais que alguns participantes realizaram por espontânea vontade. Perante estes comentários, foi realizado um *focus* grupo constituído por 3 pessoas, a quem foi pedida a opinião sobre a construção do inquérito e dos instrumentos utilizados. As respostas subjetivas de cada um destes elementos demonstram como a ordem e configuração das perguntas dos instrumentos utilizados aparentam remeter para a “*desordem emocional*” ou para uma construção frásica “*negativa*”, bem como uma expectativa de que fossem realizadas mais perguntas “*(...) voltadas para sentimentos e experiências ligadas com a busca genealógica e com a família*”. Os comentários realizados pelos membros deste *focus* grupo encontram-se no anexo J. Perante as respostas destes dois grupos, é possível colocar em hipótese que a junção destes dois instrumentos acabou por poder despoletar sentimentos ansiogénicos ou de tristeza nos participantes. Seja porque 17 das 20 afirmações no IASP são feitas na negativa ou por abordarem temas de difícil gestão emocional como morte ou solidão. Deste modo, este instrumento pode ter causado não só cansaço, como também emoções negativas nos sujeitos, o que poderia levar a que os mesmos respondessem ao seguinte questionário de forma mais positiva como estratégia de autorregulação. Por fim, perante estes resultados é de extrema importância referir o trabalho realizado por Moore (2022) no que toca aos diferentes sentimentos despoletados pela realização de genealogia. Como explicado pela autora, para alguns indivíduos, as descobertas feitas através da busca genealógica podem ser marcantes e assim causar dificuldades emocionais e ainda apresentar desafios para a saúde mental. A descoberta de um segredo familiar ou de uma informação nova, pode trazer ao sujeito sentimentos de raiva, abandono, confusão, culpa, tristeza ou perda de confiança (Moore, 2022). Isto é importante pois demonstra que, se o sujeito não for capaz de reestruturar a sua narrativa pessoal de forma mais adaptativa, a realização de genealogia pode não trazer benefícios psicológicos. Porém Bakó & Zana (2020) explicam que a longo prazo, a descoberta destes segredos ou histórias familiares pode ser importante para a libertação do sujeito e para o seu bem-estar psicológico.

Relativamente à relação entre idade e sentimento de pertença, a correlação positiva observada nos resultados demonstra que existe maior sentimento de pertença

quanto maior for a idade. É importante compreender que, de acordo com a investigação, o sentimento de pertença pode variar significativamente entre adultos de diferentes idades (Li et al. 2021). Deste modo, algumas investigações realizadas entre os diversos grupos etários de adultos demonstram que, ao longo da vida, os adultos vão mudando as suas necessidades sociais e as origens da pertença ao progredirem pelas diferentes fases da vida (Allen, 2021; Li et al., 2021). Em jovens adultos, existe maior busca de sentimento de pertença através do contexto educacional e dos pares (Grigorian et al., 2024), em adultos de meia-idade, o sentimento de pertença é procurado em contextos profissionais e comunitários (Michalski et al., 2020; Zacher et al., 2019), e em adultos mais idosos, a sua procura de pertença foca-se maioritariamente no ambiente familiar e em conexões sociais de longo prazo (Allen, Arslan, et al., 2021; Portacolone et al., 2020). Embora não tenham sido encontradas investigações que estudem diretamente o sentimento de pertença ao longo das idades em adultos, a Teoria da Seletividade Socio Emocional permite uma explicação para os resultados obtidos nesta investigação. Esta teoria demonstra como, ao longo de gerações, à medida que as pessoas envelhecem, a sua perspetiva temporal muda, influenciando assim as suas prioridades e objetivos sociais (Carstensen & Reynolds, 2023). De acordo com os autores, os adultos mais velhos concentram-se mais em relações próximas e significativas devido a uma maior consciência das limitações de tempo. Sendo que as perguntas do Instrumento de Avaliação do Sentimento de Pertença (IASP) estão mais relacionadas com a experiência subjetiva de se sentir valorizado e ao ajustamento/adaptação aos outros (Monteiro & Maia, 2009), é colocada a hipótese de que os indivíduos com maior idade obtenham maior média neste instrumento visto que, o seu foco a nível de pertença, incide nas mesmas temáticas presentes nas afirmações do IASP (afirmações como “Se eu morresse amanhã, muito pouca gente viria ao meu funeral” e “Eu podia desaparecer durante dias e isso não traria preocupações à minha família” encontradas no instrumento).

Por fim, para além da investigação dos objetivos, é importante compreender os resultados a nível da saúde mental. Foi observado neste estudo que 90% dos homens nesta amostra demonstram sintomas graves de sofrimento psicológico. Segundo o boletim informativo sobre a saúde mental na população portuguesa realizado pelo Observatório Nacional, a pandemia veio agravar de forma drástica a prevalência, mas também a

persistência de patologias do foro mental nos portugueses (Observatório Nacional, 2021, p.19). Para além disto, apesar de as mulheres apresentarem sintomatologias mais graves (Observatório Nacional, 2021, p.6), Opozda e colaboradores (2024) explicam como os homens que apresentam sintomatologia depressiva ou ansiosa, recebem menos cuidados a nível da saúde mental e até demonstram maior relutância em utilizar estes serviços, mesmo em situações de crise. De acordo com estes autores, existem variadas explicações para esta ocorrência. Em primeiro lugar, a sintomatologia depressiva ou ansiosa em homens poderá manifestar-se de forma diferente em comparação com os sintomas comumente associados a estas perturbações. Deste modo, os homens podem apresentar maior raiva ou irritabilidade ou envolver-se em comportamentos de risco. Estes sintomas, podem não ser reconhecidos pelos próprios sujeitos ou até pelos profissionais de saúde como indicadores de um problema comum de saúde mental. Em segundo lugar, existem crenças sobre a masculinidade presentes em diversas culturas ou mesmo nos próprios sujeitos que poderão influenciar negativamente a procura de ajuda. Por fim, é também assinalado pelos mesmos autores que a escassa literacia sobre a saúde mental no homem também pode reduzir a sua probabilidade de aceder a assistência e à procura de ajuda.

### **Limitações e Pontos Fortes do Estudo**

Apesar da importância e singularidade deste estudo, o mesmo apresenta algumas limitações que devem ser assinaladas.

O desenho transversal deste estudo não permite inferir causalidade nos resultados. Para além disto, a amostra utilizada é de conveniência o que poderá demonstrar um viés de seleção. Tal aspeto é observável neste estudo devido ao número mais reduzido de participantes do género masculino em comparação com o género feminino. Deste modo, não é possível generalizar os resultados desta investigação para a população. Adicionalmente, é possível que haja um viés de reporte de alguns participantes ao responderem ao questionário realizado. Apesar do mesmo não demorar mais de 6 minutos, é possível que, para alguns sujeitos, a resposta a todas as questões possa ter trazido cansaço ou despertado emoções de difícil gestão emocional e assim levar a uma menor atenção no que toca às respostas posteriormente dadas. Foi também observado um pequeno erro nas

opções de resposta sobre o tempo despendido a realizar genealogia, sendo que a opção “mais de 20 horas por semana” encontrava-se como terceira opção, no entanto, devido à ordem cronológica pretendida, esta opção deveria estar em primeiro lugar.

Apesar destas limitações, este estudo revela também pontos fortes, tais como a consistência interna elevada dos instrumentos que foram utilizados e a utilização de variáveis sociodemográficas abrangentes tanto ao sentimento de pertença como principalmente à genealogia. Para além disto, a inovação de um assunto importante para a literatura em saúde como o sentimento de pertença e a sua importância para os estudos sobre este tema em Portugal. Outro ponto importante é a incidência deste estudo numa população que ainda não tinha relevância na literatura, os genealogistas. Por fim, tendo em conta a literatura presente até ao momento, este estudo aparenta ser o primeiro a considerar esta relação entre psicologia e genealogia em meio populacional em Portugal.

### **Implicações e Sugestões a Futuros Investigadores**

A nível das implicações desta investigação, é relevante compreender os seus resultados para a prática da Psicologia clínica. Através dos resultados, compreendemos que a realização de genealogia a nível semanal parece ser um fator importante associado a níveis de sentimento de pertença mais elevados em adultos. Adicionalmente, o sentimento de pertença quando fomentado em adultos mais novos pode ter efeitos importantes, visto que estes apresentam menores níveis em comparação com adultos mais velhos. Para além disto, é importante compreender que nem sempre o sentimento de pertença pode estar relacionado com a saúde mental, o que significa que, apesar de o sujeito poder sentir-se parte integrante de um contexto ou grupo, pode continuar a não apresentar bem-estar psicológico no seu dia-a-dia. Estes resultados são importantes para demonstrar que é necessário compreender o valor dado ao sentimento de pertença pelo sujeito de forma que seja possível compreender se poderá ajudar ou não a aumentar a sua saúde mental. Por fim, os resultados obtidos demonstram um alerta em relação ao nível da saúde mental e o género masculino. Este assunto demonstrou ser importante visto que, a nível da prática clínica, é necessária a realização de uma prática abrangente à

sintomatologia presente nestes sujeitos como também uma maior atenção aos determinantes associados a níveis de saúde mental mais baixos.

Relativamente à investigação futura, será importante considerar variáveis mediadoras que poderão estar relacionadas aos efeitos indiretos deste tema. Variáveis como a sintomatologia clínica previamente existente, ou o tipo de relação familiar poderão ser importantes para compreender esta relação. Para além disto, é também de salientar que o IASP é um instrumento de avaliação geral, avaliando assim o sentimento de pertença numa conceção mais global. Deste modo, é importante averiguar qual o melhor instrumento de avaliação do sentimento de pertença tendo em conta o objetivo do contexto da investigação, tal como noutros trabalhos em que foi avaliado o sentimento de pertença em contexto escolar (Haydon et al., 2023), clínico (Choenarom et al., 2005), ou laboral (Rahn et al., 2021). Isto demonstra ser importante visto que, como referido por Allen, Kern e colaboradores (2021), é importante compreender que o sentimento de pertença, de forma a ser estudado, precisa de grupos, pessoas, espaços, tempo e contextos que permitam a sua ocorrência

### **Conclusão**

O presente estudo acrescenta evidência sobre a importância da busca de informações sobre os antepassados como fator associado a um maior sentimento de pertença em adultos. Os resultados encontrados ao longo desta investigação promovem também uma melhor compreensão sobre a saúde mental e as variáveis que poderão estar relacionadas com este fator importante. Apesar de inesperados e pouco sustentados pela literatura, os resultados observados relativamente à correlação negativa entre sentimento de pertença e saúde mental são importantes para a investigação. Em primeiro lugar, a descoberta de resultados que diferem de investigações anteriores é crucial para a natureza dinâmica e interativa da investigação científica. Para além disto, estes resultados aumentam a compreensão sobre o tema visto que revelam as nuances e os fatores contextuais que podem ter sido ignorados em investigações anteriores, conduzindo a uma compreensão mais abrangente. Adicionalmente, a descoberta de resultados divergentes promove a reflexão crítica de investigadores, profissionais da área em questão e o público

em geral. A reflexão crítica acaba por ser fundamental nas investigações pois promove uma cultura de questionamento, que leva ao desenvolvimento de melhores metodologias e práticas mais abrangentes aos diferentes contextos e populações.

Em suma, este estudo possibilitou a recolha de informações importantes e ainda desconhecidas sobre a genealogia em Portugal, abrindo portas para novas investigações e práticas mais abrangentes.

## Referências

- Adler, N. E., Epel, E. S., Castellazzo, G., & Ickovics, J. R. (2000). Relationship of subjective and objective social status with psychological and physiological functioning: Preliminary data in healthy, White women. *Health psychology, 19*(6), 586.
- Allen, K.-A. (2021). *The psychology of belonging*. Routledge, Taylor & Francis Group.
- Allen, K.-A., Arslan, G., Craig, H., Arefi, S., Yaghoobzadeh, A., & Sharif Nia, H. (2021). The psychometric evaluation of the sense of belonging instrument (SOBI) with Iranian older adults. *BMC Geriatrics, 21*(1), 211. <https://doi.org/10.1186/s12877-021-02115-y>
- Allen, K.-A., Kern, M. L., Rozek, C. S., McInerney, D. M., & Slavich, G. M. (2021). Belonging: A review of conceptual issues, an integrative framework, and directions for future research. *Australian Journal of Psychology, 73*(1), 87–102. <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1883409>
- Bakó, T., & Zana, K. (2020). *Transgenerational trauma and therapy: The transgenerational atmosphere*. Routledge.
- Ballard, M. B., Fazio-Griffith, L., & Marino, R. (2016). Transgenerational Family Therapy: A Case Study of a Couple in Crisis. *The Family Journal, 24*(2), 109–113. <https://doi.org/10.1177/1066480716628564>
- Bhalla, A., & Lapeyre, F. (1997). Social exclusion: Towards an analytical and operational framework. *Development and change, 28*(3), 413–433.
- Bottero, W. (2015). Practising family history: ‘Identity’ as a category of social practice. *The British Journal of Sociology, 66*(3), 534–556. <https://doi.org/10.1111/1468-4446.12133>
- Bowen, M. (2007). *Family therapy in clinical practice*. Recording for the Blind & Dyslexic.

- Cacioppo, S., Grippo, A. J., London, S., Goossens, L., & Cacioppo, J. T. (2015). Loneliness: Clinical import and interventions. *Perspectives on Psychological Science*, *10*(2), 238–249.
- Carstensen, L. L., & Reynolds, M. E. (2023). Age differences in preferences through the lens of socioemotional selectivity theory. *The Journal of the Economics of Ageing*, *24*, 100440. <https://doi.org/10.1016/j.jeoa.2022.100440>
- Carvalho, R., Sousa, L., & Tavares, J. (2023). Instruments for Assessing Loneliness in Older People in Portugal: A Scoping Review: Instrumentos de avaliação da solidão em adultos mais velhos em Portugal: Uma scoping review. *Portuguese Journal of Public Health*, *41*(1), 45–64. <https://doi.org/10.1159/000529147>
- Choenarom, C., Williams, R. A., & Hagerty, B. M. (2005). The Role of Sense of Belonging and Social Support on Stress and Depression in Individuals With Depression. *Archives of Psychiatric Nursing*, *19*(1), 18–29. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2004.11.003>
- Creet, J. (2020). *The genealogical sublime*. University of Massachusetts Press.
- Desmet, P., & Fokkinga, S. (2020). Beyond Maslow’s Pyramid: Introducing a Typology of Thirteen Fundamental Needs for Human-Centered Design. *Multimodal Technologies and Interaction*, *4*(3). <https://doi.org/10.3390/mti4030038>
- Edwards, J. (2018). A Feel for Genealogy: ‘Family Treeing’ in the North of England. *Ethnos: Journal of Anthropology*, *83*(4), 724–743. Academic Search Complete. <https://doi.org/10.1080/00141844.2017.1322115>
- Erben, M. (1991). Genealogy and Sociology: A Preliminary Set of Statements and Speculations. *Sociology*, *25*(2), 275–292. <https://doi.org/10.1177/0038038591025002008>

- European Commission. Joint Research Centre. (2021). *Loneliness in the EU: Insights from surveys and online media data*. Publications Office.  
<https://data.europa.eu/doi/10.2760/28343>
- Evans, T. (2021). How Do Family Historians Work with Memory? *Journal of Family History*, 46(1), 92–106. <https://doi.org/10.1177/0363199020967384>
- Galderisi, S., Heinz, A., Kastrup, M., Beezhold, J., & Sartorius, N. (2015). Toward a new definition of mental health. *World Psychiatry*, 14(2), 231–233.  
<https://doi.org/10.1002/wps.20231>
- Gemelli, C. E., & Oltramari, A. P. (2020). Voluntariado e formação da identidade: Reflexões a partir da Psicodinâmica do Trabalho. *Revista Psicologia Organizações e Trabalho*, 20(1), 956–962. <https://doi.org/10.17652/rpot/2020.1.16884>
- Gouveia-Pereira, M., & Miranda, M. P. de (Eds.). (2021). *Manual de terapia familiar: Teoria, avaliação e intervenção sistêmica* (1a edição impressa). PACTOR.
- Grigorian, K., Östberg, V., Raninen, J., & Brodin Låftman, S. (2024). Loneliness, belonging and psychosomatic complaints across late adolescence and young adulthood: A Swedish cohort study. *BMC Public Health*, 24(1), 1–17. Academic Search Complete.  
<https://doi.org/10.1186/s12889-024-18059-y>
- Haydon, C. G., Hill, B. J., Ward, P. J., & Eggett, D. L. (2023). Identity Development and Its Relationship to Family History Knowledge among Late Adolescents. *Genealogy* (2313-5778), 7(1), 13. Complementary Index. <https://doi.org/10.3390/genealogy7010013>
- He, Y., Fisher, A. R., Swanson, S. E., & Lebow, J. L. (2022). Integrative Systemic Therapy: Integrating Individual, Couple, and Family Therapy. *Australian & New Zealand Journal*

- of Family Therapy*, 43(1), 9–21. Psychology and Behavioral Sciences Collection.  
<https://doi.org/10.1002/anzf.1473>
- Hershkovitz, A., & Hardof-Jaffe, S. (2017). Genealogy as a lifelong learning endeavor. *Leisure/Loisir*, 41(4), 535–560. <https://doi.org/10.1080/14927713.2017.1399817>
- Hjorthén, A. (2022). Reframing the History of American Genealogy: On the Paradigm of Democratization and the Capitalization of Longing. *Genealogy*, 6(1).  
<https://doi.org/10.3390/genealogy6010021>
- Imber-Black, E. (1999). *The secret life of families: Making decisions about secrets: when keeping secrets can harm you, when keeping secrets can heal you-- and how to know the difference* (Bantam trade pbk. ed). Bantam Books.
- Inoue, Y., Wann, D. L., Lock, D., Sato, M., Moore, C., & Funk, D. C. (2020). Enhancing older adults' sense of belonging and subjective well-being through sport game attendance, team identification, and emotional support. *Journal of Aging and Health*, 32(7–8), 530–542. APA PsycInfo. <https://doi.org/10.1177/0898264319835654>
- Justino, M. da S. (2021). *Psicogenealogia: Um novo olhar na transmissão da memória familiar*. Appris Editora e Livraria Eireli - ME.
- Klareld, A.-S. (2023). A Quest for Roots and Kinship: Family History in the Television Series Allt För Sverige (The Great Swedish Adventure). *Journal of Family History*, 48(2), 145–162. <https://doi.org/10.1177/03631990221075260>
- Kramer, A.-M. (2011). Kinship, Affinity and Connectedness: Exploring the Role of Genealogy in Personal Lives. *Sociology*, 45(3), 379–395.  
<https://doi.org/10.1177/0038038511399622>

- Latikka, R., Savela, N., Rubio-Hernández, R., Koivula, A., Makkonen, J., Nieto Fernández, F., Väänänen, K., & Oksanen, A. (2023). Combating loneliness: The role of neighbourhood ICT, environmental attractiveness, and a sense of belonging to a local community. *Journal of Community & Applied Social Psychology, 33*(5), 1061–1077.  
<https://doi.org/10.1002/casp.2717>
- Lawton, B. L., Pyott, L. C., Deyerin, K. R., & Foeman, A. K. (2024). Experiences of misattributed parentage communities: Impacts of discovering new familial Kinships. *Journal of Family History, 49*(1), 75–97.
- Li, F., Luo, S., Mu, W., Li, Y., Ye, L., Zheng, X., Xu, B., Ding, Y., Ling, P., Zhou, M., & Chen, X. (2021). Effects of sources of social support and resilience on the mental health of different age groups during the COVID-19 pandemic. *BMC Psychiatry, 21*(1), 16.  
<https://doi.org/10.1186/s12888-020-03012-1>
- Lim, M. H., Allen, K.-A., Furlong, M. J., Craig, H., & Smith, D. C. (2021). Introducing a dual continuum model of belonging and loneliness. *Australian Journal of Psychology, 73*(1), 81–86. <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1883411>
- Lorås, L., Bertrando, P., & Ness, O. (2017). Researching Systemic Therapy History: In Search of a Definition. *Journal of Family Psychotherapy, 28*(2), 134–149.  
<https://doi.org/10.1080/08975353.2017.1285656>
- Marôco, J. (2010). *Análise estatística com utilização do SPSS* (Edições Sílabo).
- Maslow, A. H., Frager, R., Fadiman, J., McReynolds, C., & Cox, R. (1987). Motivation and personality (3rd). *New York*.

- McLaren, S., & Castillo, P. (2020). What About Me? Sense of Belonging and Depressive Symptoms among Bisexual Women. *Journal of Bisexuality*, 20(2), 166–182.  
<https://doi.org/10.1080/15299716.2020.1759174>
- Michalski, C. A., Diemert, L. M., Helliwell, J. F., Goel, V., & Rosella, L. C. (2020). Relationship between sense of community belonging and self-rated health across life stages. *SSM - Population Health*, 12, 100676.  
<https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2020.100676>
- Monteiro, I. S., & Maia, A. (2009). *Propriedades Psicométricas da Versão Portuguesa do Instrumento de Avaliação do Sentimento de Pertença*.
- Moore, S. M. (2022). How Ancestor Research Affects Self-Understanding and Well-Being: Introduction to the Special Issue. *Genealogy*, 6(1), Artigo 1.  
<https://doi.org/10.3390/genealogy6010020>
- Moore, S. M. (2023). Family History Research and Distressing Emotions. *Genealogy*, 7(2).  
<https://doi.org/10.3390/genealogy7020026>
- Moore, S. M., & Rosenthal, D. A. (2021). What Motivates Family Historians? A Pilot Scale to Measure Psychosocial Drivers of Research into Personal Ancestry. *Genealogy*, 5(3).  
<https://doi.org/10.3390/genealogy5030083>
- Moore, S., Rosenthal, D., & Robinson, R. (2021). *The psychology of family history: Exploring our genealogy* (1st edition). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003011576>
- Morieson, L., Carlin, D., Clarke, B., Lukas, K., & Wilson, R. (2013). Belonging in education: Lessons from the belonging project. *Student Success*, 4(2), 87.

Moss, R. H., Kelly, B., Bird, P. K., & Pickett, K. E. (2023). Examining individual social status using the MacArthur Scale of Subjective Social Status: Findings from the Born in Bradford study. *SSM - Population Health*, 23, 101463.

<https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2023.101463>

Nuttman-Shwartz, O. (2019). The Moderating Role of Resilience Resources and Sense of Belonging to the School Among Children and Adolescents in Continuous Traumatic Stress Situations. *The Journal of Early Adolescence*, 39(9), 1261–1285.

<https://doi.org/10.1177/0272431618812719>

Opozda, M. J., Oxlad, M., Turnbull, D., Gupta, H., Vincent, A. D., Ziesing, S., Nankivell, M., & Wittert, G. (2024). The effects of using psychotherapeutic e-mental health interventions on men's depression and anxiety: Systematic review and meta-analysis. *Current Psychology*, 43(10), 9101–9115.

Otterstrom, S. M. (2016). Genealogy as religious ritual: The doctrine and practice of family history in the Church of Jesus Christ of Latter-day Saints. Em *Geography and Genealogy* (pp. 137–152). Routledge.

Øverland, S., Woicik, W., Sikora, L., Whittaker, K., Heli, H., Skjelkvåle, F. S., Sivertsen, B., & Colman, I. (2020). Seasonality and symptoms of depression: A systematic review of the literature. *Epidemiology and psychiatric sciences*, 29, e31.

Pais Ribeiro, J. L. (2001). Mental health inventory: Um estudo de adaptação à população portuguesa. *Psicologia, Saúde e Doenças*, II(1), 77–99. Redalyc.

Parker-Drabble, H. (2022). How Key Psychological Theories Can Enrich Our Understanding of Our Ancestors and Help Improve Mental Health for Present and Future Generations: A

Family Historian's Perspective. *Genealogy*, 6(1).

<https://doi.org/10.3390/genealogy6010004>

Parr, E. J., Shochet, I. M., Cockshaw, W. D., & Kelly, R. L. (2020). General Belonging is a Key Predictor of Adolescent Depressive Symptoms and Partially Mediates School Belonging. *School Mental Health*, 12(3), 626–637. <https://doi.org/10.1007/s12310-020-09371-0>

Pestana, M. H., & Gageiro, J. N. (2014). Análise de Dados para Ciências Sociais. A Complementaridade do SPSS. 6a Edição Edição revista e aumentada. *5a Edição Revista e Corrigida*. Editora Sílabo.

Portacolone, E., Johnson, J. K., Halpern, J., & Kotwal, A. (2020). Seeking a sense of belonging. *Generations*, 44(3). Scopus®.

Rahn, G., Martiny, S. E., & Nikitin, J. (2021). Feeling out of place: Internalized age stereotypes are associated with older employees' sense of belonging and social motivation. *Work, Aging and Retirement*, 7(1), 61–77.

Reiser, M. L. (2012). *Exploring genealogical roots and family history and their influence on college student development: A qualitative study*. Brigham Young University.

Ribeiro, J. L. P. (2011). Inventário de saúde mental. *Lisboa: Placebo*.

Schäfer, K., & Eerola, T. (2020). How listening to music and engagement with other media provide a sense of belonging: An exploratory study of social surrogacy. *Psychology of Music*, 48(2), 232–251. <https://doi.org/10.1177/0305735618795036>

Schneider, E., Liwinski, T., Imfeld, L., Lang, U. E., & Brühl, A. B. (2023). Who is afraid of Christmas? The effect of Christmas and Easter holidays on psychiatric hospitalizations

- and emergencies—Systematic review and single center experience from 2012 to 2021. *Frontiers in psychiatry*, *13*, 1049935.
- Schützenberger, A. A. (1999). *The ancestor syndrome: Transgenerational psychotherapy and the hidden links in the family tree*. Routledge.
- Shahzad, K., & Shafi, M. Q. (2023). Impact of Sense of Belonging on Forgiveness and Gratitude among Muslim Students: Mediating Role of Collectivism and Moderating Role of Religiosity. *Journal of Education in Muslim Societies*, *5*(1), 47–65.  
<https://doi.org/10.2979/jems.2023.a911230>
- Shaw, E. L., & Donnelly, D. J. (2021). (Re)discovering the Familial Past and Its Impact on Historical Consciousness. *Genealogy*, *5*(4). <https://doi.org/10.3390/genealogy5040102>
- Smith, D., Leonis, T., & Anandavalli, S. (2021). Belonging and loneliness in cyberspace: Impacts of social media on adolescents' well-being. *Australian Journal of Psychology*, *73*(1), 12–23. <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1898914>
- Surkalim, D. L., Luo, M., Eres, R., Gebel, K., Van Buskirk, J., Bauman, A., & Ding, D. (2022). The prevalence of loneliness across 113 countries: Systematic review and meta-analysis. *BMJ*, e067068. <https://doi.org/10.1136/bmj-2021-067068>
- Torres, L. S. S., Oliveira, A. C. D. S., Araújo, M. P. D., De Carvalho, M. D. S., Barbosa, L. B. D. S. F., Dantas, B. A. D. S., Martínez, C. S. G., De Miranda, F. A. N., Mendes, F. R. P., & Torres, G. D. V. (2023). Determinants of socioeconomic factors for quality of life and depressive symptoms in community-dwelling older people: A cross-sectional study in Brazil and Portugal. *PLOS ONE*, *18*(6), e0287163.  
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0287163>

- Trudeau, D. (2006). Politics of belonging in the construction of landscapes: Place-making, boundary-drawing and exclusion. *Cultural geographies*, 13(3), 421–443.
- Watts, K. J., Wagaman, M. A., Eaton, A. D., Leung, V. W. Y., & Craig, S. L. (sem data). Examining the Role of Peer and Family Belongingness in the Mental Health of Black LGBTQ+ Youth. *Child & Youth Services*, 1–20.  
<https://doi.org/10.1080/0145935X.2023.2261364>
- World Health Organization. The World Health Report 2001: Mental Health: New Understanding, New Hope (World Health Organization, Switzerland, 2001)
- Yuval-Davis, N. (2006). Belonging and the politics of belonging. *Patterns of prejudice*, 40(3), 197–214.
- Zacher, H., Esser, L., Bohlmann, C., & Rudolph, C. W. (2019). Age, Social Identity and Identification, and Work Outcomes: A Conceptual Model, Literature Review, and Future Research Directions. *Work, Aging and Retirement*, 5(1), 24–43.  
<https://doi.org/10.1093/workar/way005>
- Zhou, A., & Ryan, J. (2023). Biological Embedding of Early-Life Adversity and a Scoping Review of the Evidence for Intergenerational Epigenetic Transmission of Stress and Trauma in Humans. *Genes*, 14(8). <https://doi.org/10.3390/genes14081639>

## Anexo A – Questionário Sociodemográfico



### O Sentimento de Pertença em Sujeitos que realizam Busca Genealógica

O presente questionário integra-se no trabalho de investigação da unidade curricular de Dissertação do mestrado em Psicologia Clínica, do Instituto Universitário De Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida (ISPA).

O tema da investigação é "O Sentimento de Pertença em Sujeitos que realizam Busca Genealógica" e tem como principal objetivo a reunião de informações sobre o efeito da busca genealógica como passatempo na saúde mental e no sentimento de pertença de sujeitos adultos portugueses.

Para a participação neste estudo, é essencial que leia atentamente e responda a todas as questões. Não existem respostas certas ou erradas. A sua participação, que é de extrema importância, consiste no preenchimento de um questionário online, com duração aproximada de 6 minutos. A participação no presente estudo é estritamente voluntária, ou seja, poderá escolher participar ou não. Ao participar, poderá interromper ou desistir a qualquer momento, sem penalização.

Todas as informações pessoais recolhidas são anónimas e destinam-se exclusivamente ao tratamento estatístico no âmbito desta investigação. Deste modo, nenhuma resposta será analisada ou reportada de forma individual, salvaguardando-se assim a confidencialidade completa dos dados recolhidos.

A cada questionário respondido será atribuído um código e os dados serão processados por softwares de tratamento de dados onde apenas investigadores terão acesso às informações. Todo o processamento de dados será realizado em concordância com o Regulamento Geral de Proteção de Dados – o RGPD.

Caso surja qualquer questão acerca da sua participação neste estudo, não hesite em contactar os investigadores através dos seguintes emails:

dianaduarte.ispa@gmail.com

diana.frasquilho@ispa.pt

Confirmando que tenho mais de 18 anos e consinto participar voluntariamente neste \* estudo

Sim

Não

## Dados Demográficos

Idade \*

\_\_\_\_\_

Com que género se identifica? \*

- Feminino
- Masculino
- Outra: \_\_\_\_\_

Estado Civil \*

- Solteiro
- Casado ou união de facto
- Viúvo
- Separado ou divorciado
- Outra: \_\_\_\_\_

Qual foi o último grau de ensino que completou? \*

- Até ao 4º ano (1º Ciclo)
- 6º ano (2º Ciclo)
- 9º ano (3º Ciclo)
- 12º ano (Secundário)
- Licenciatura ou Bacharelato
- Mestrado ou Pós-Graduação
- Doutoramento

Situação profissional atual \*

- Empregado
- Trabalhador-Estudante
- Desempregado
- Reformado
- Estudante

Nacionalidade \*

- Portuguesa
- Outra: \_\_\_\_\_

Possui uma religião e pratica-a ativamente? \*

- Sim
- Não
- Prefiro não responder

Foi adotado ou é filho de doador de esperma ou ovócitos? \*

- Sim
- Não
- Prefiro não responder

Imagine que a imagem abaixo descreve a **sociedade Portuguesa**: \*

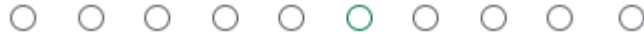
No **topo da escada** encontram-se as pessoas com mais estatuto- os que têm **mais** dinheiro, **maior** escolaridade e empregos que a sociedade valoriza.

Na **base da escada** encontram-se as pessoas com menos estatuto- os que têm **menos** dinheiro, pouca escolaridade e empregos pouco valorizados.

Agora pense em si e **na sua família**. Onde é que pensa que se encontram, nesta escada? Selecione o número que corresponde ao seu grau.



1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



### Realização de Busca Genealógica

O termo genealogia e/ou história da família diz respeito à documentação da linhagem familiar através da coleta de certificados de nascimento, casamento e óbito como também a pesquisa e interesse sobre outros dados históricos relacionados com as suas vivências. Em seguida serão apresentadas algumas questões sobre este tema às quais pedimos a sua honesta resposta.

Trabalha profissionalmente com genealogia? \*

- Sim
- Não

Quanto tempo despende a realizar este trabalho? \*

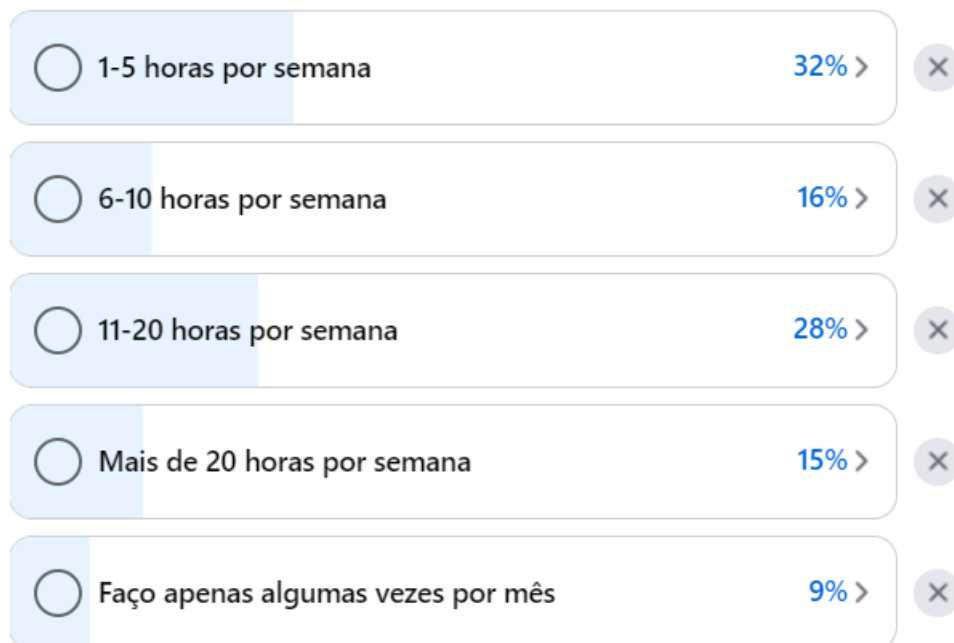
- 1-10 horas por semana
- 11-20 horas por semana
- Mais de 20 horas por semana
- Algumas vezes por mês
- Algumas vezes por ano
- Nunca

Porque realiza genealogia?

| \_\_\_\_\_

## Anexo B – Sondagem inicial num grupo de *Facebook*

Bom dia! Estou a realizar uma investigação sobre genealogia e gostava de pedir a ajuda dos membros deste grupo. Procuo saber em média, **quantas horas por semana** realizam genealogia. Será que poderiam indicar abaixo selecionando **uma** das opções? Muito obrigada! 🧡



## **Anexo C – Exemplos de resposta sobre a motivação para realizar genealogia**

### **1) Gosto/Curiosidade:**

- *“Por curiosidade pelos meus antepassados”*
- *“Por curiosidade, interesse também pelas histórias, vidas dos antepassados, costumes”*
- *“Para saber como viviam os meus antepassados e de alguma forma mantê-los vivos na memória de alguém”*
- *“Comecei por interesse na minha família, nos meus antepassados. Agora, é um vício terrível!”*

### **2) Motivação religiosa:**

- *“Essencialmente por questões religiosas, para criar um elo familiar”*
- *“Realizo genealogia no meu contexto religioso de forma a encontrar os meus antepassados e obter toda a informação disponível sobre eles para realizar trabalhos vicários no templo da minha igreja.”*
- *“Para mim, porque é um trabalho sagrado, de amor e de salvação (e saber quem são os meus antepassados)”*
- *“Encontrar meus antepassados e nos unir eternamente.”*

### **3) Desenvolvimento pessoal/familiar:**

- *“E um meio de identificar minhas raízes e tentar perceber se houve ou não influência na minha situação atual a nível de personalidade, crenças e posição social.”*
- *“Acho interessante saber factos sobre pessoas que de alguma maneira influenciam como eu sou.”*
- *“Através da mesma pude conhecer mais sobre a minha família biológica a qual não conheci em vida, maior parte. Agora sei os nomes de avós, tios, primos, irmãos, e datas importantes das suas vidas. Sinto-me mais preenchida, sei que tenho um legado, que existem pessoas antes de mim. Isso trouxe-me mais paz, segurança e tenho certeza que um dia poderei estar com elas, conhecer-lhes pelo nome. Agora posso também transmitir à minha filha e dar-lhe a conhecer membros da família, alguns que nem imaginava.. e*

*isso é algo muito significativo ainda para mais quando olho para trás e penso no quão só me sentia, até porque a minha mãe adotiva faleceu a dias de eu fazer os 15 anos. Esse sentimento diminuiu aos poucos e como referi trouxe-me também, aos poucos, paz, alguma segurança e sentimento de pertença. Posso também conhecer mais de mim através dos meus familiares e antepassados.”*

*- “Para conhecer as minhas origens, e pelo desafio que é montar este puzzle de quem eu sou.”*

#### **4) Questões de nacionalidade ou trabalho**

*- “Busca profissional de Certidões de nascimento/batismo, casamento e óbito para a devida instrução de processos de nacionalidade europeia para terceiros interessados.”*

*- “Por motivos de trabalho geneall.net”*

*- “Por querer ajudar e também por ser meu trabalho”*

*- “Minha formação académica é na área da tecnologia, mas pesquisava genealogia como passatempo desde 2010. Com o passar dos anos, troquei minha área de atuação e tornei me genealogista profissional.”*

## **Anexo D – Instrumento de Avaliação do Sentimento de Pertença**

**Este instrumento foi retirado devido à proteção de direitos de autor e de cópia**

## **Anexo E – Inventário de Saúde Mental (MHI-5)**

**Este instrumento foi retirado devido à proteção de direitos de autor e de cópia**

## Anexo F – Imagem e mensagem de divulgação



# Genealogia & Psicologia

Olá!

O meu nome é Diana Duarte e estou a realizar uma investigação de final de curso sobre busca genealógica. Será que poderia despendar **6 minutos** do seu tempo para responder ao meu questionário?

Ficaria imensamente grata!



Utilize o **código QR** ou o **link** para aceder ao questionário

## Anexo G – Comentário final presente no formulário

Secção 6 de 6

**Chegou ao final do questionário muito obrigada pela sua participação!**



Se porventura a realização deste inquérito suscitou dificuldades emocionais, queira contactar uma das linhas de apoio psicológico em seguida:

Aconselhamento Psicológico do SNS 24 – 808 24 24 24 seleccionar depois opção 4 (24h/dia)

SOS Voz Amiga. Linha de apoio emocional e prevenção ao suicídio – 213 544 545 | 912 802 669 | 963 524 660 (15h30 às 00h30)

**Caso conheça alguém que realize genealogia, por favor partilhe este questionário.**

## Anexo H – Tabelas

**Tabela 3**

*Teste qui-quadrado para relação entre género e sintomatologia de sofrimento psicológico*

Sintomas		Feminino	Masculino	Total	<i>p</i>
Graves	N	241	171	412	.008*
	% em Género	79.3%	90.0%	83.4%	
Moderados	N	13	4	17	
	% em Género	4.3%	2.1%	3.4%	
Leves	N	50	15	65	
	% em Género	16.4%	7.9%	13.2%	

*Nota. \*p ≤ .05*

**Tabela 7**

*Teste qui-quadrado para relação entre variáveis sociodemográficas e grupo 1- frequência semanal e grupo2- menor frequência ou nula.*

Variável	Grupo 1	Grupo 2	<i>p</i>
<b>Género</b>			
Feminino	71	233	.04*
Masculino	60	130	
<b>Grau de Ensino</b>			
Até ao 4º ano	2	1	.02*
6º ano	3	5	
9º ano	5	25	
12ºano	29	105	
Licenciatura	48	134	
Mestrado	36	88	
Doutoramento	8	5	
<b>Situação Profissional</b>			
Empregado	84	235	.398
Trabalhador-estudante	7	22	
Desempregado	12	39	
Reformado	22	40	

Estudante	6	27	
<b>Nacionalidade</b>			
Portuguesa	100	308	.02*
Outra	31	55	
<b>Religião</b>			
Sim	70	241	.03*
Não	52	106	
Não respondeu	9	16	
<b>Adoção ou filho de dador</b>			
Sim	1	4	.71
Não	129	358	
Não respondeu	1	1	
<b>Porque realiza genealogia</b>			
Gosto/curiosidade	72	120	.001**
Motivos religiosos	12	51	
União familiar/compreensão pessoal	27	60	
Motivos profissionais/obtenção de nacionalidade	6	1	

Nota. \* $p \leq .05$ ; \*\* $p \leq .001$

**Tabela 8**

*Modelo de Regressão logística para sentimento de pertença e as variáveis de idade e estatuto social subjetivo e*

Efeito	$\beta$	Desvio Padrão	95%CI		$p$
			LI	LS	
Idade	0.032	0.007	1.01	1.04	<.001**
Estatuto Social Subjetivo	0.025	0.06	.90	1.16	.69
Constante	-2.72	0.51			<.001**

Nota.  $\beta$ = coeficiente de regressão padronizado; LI=Limite Inferior; LS= Limite Superior; \*\* $p \leq .01$ .

**Tabela 9**

*Regressão Logística para variáveis sociodemográficas significativas e sentimento de pertença*

Efeito	$\beta$	Desvio Padrão	95%IC		<i>p</i>
			<i>LI</i>	<i>LS</i>	
Idade	0.024	0.009	1.007	1.04	.007*
Estatuto Social Subjetivo	0.03	0.07	.88	1.19	.69
Género	-0.219	0.24	.49	1.29	.36
Grau de Ensino	0.1740	0.12	0.93	1.52	.16
Religião					0.1
Sim	-0.303	0.52	0.26	2.07	.56
Não	0.284	0.53	0.46	3.80	.59
Motivação					.05*
Gosto/curiosidade	-2.428	1.12	0.01	0.80	.03
Motivos religiosos	-2.961	1.15	0.005	0.50	.01
União familiar e compreensão pessoal	-2.661	1.13	0.008	0.65	.01
Constante	-0.17	1.45			.90

*Nota.*  $\beta$ = coeficiente de regressão padronizado; LI=Limite Inferior; LS= Limite Superior; \*\* $p \leq .01$ ; \* $p \leq .05$ .

**Tabela 11***Análises das Variâncias One-Way da amostragem relativamente à saúde mental*

Variável	Média Saúde Mental	Desvio Padrão	Sig. Entre Grupos
<b>Estado Civil</b>			
Solteiro	44.34	18.84	< .001**
Casado/União de fato	35.73	17.65	
Viúvo	29.95	12.57	
Separado	34.99	17.81	
<b>Grau de Ensino</b>			
Até ao 4º ano	49.27	9.05	.337
6º ano	33.15	16.09	
9º ano	41.30	22.99	
12ºano	36.56	18.45	
Licenciatura	38.46	16.94	
Mestrado	37.44	19.31	
Doutoramento	28.76	10.27	
<b>Situação profissional</b>			
Empregado	36.84	17.04	< .001**
Trabalhador- estudante	39.13	16.39	
Desempregado	40.66	22.30	
Reformado	30.99	14.41	
Estudante	51.11	23.10	
<b>Religião</b>			
Sim	36.73	17.95	.01*
Não	37.64	17.92	
Não respondeu	47.82	21.11	
<b>Adoção ou filho de dador</b>			
Sim	39.13	22.80	.716
Não	37.53	18.13	
Não respondeu	47.82	43.04	
<b>Estatuto Social Subjetivo</b>			
Alto (8-10)	33.90	16.84	< .001**
Médio (4-7)	37.29	17.51	
Baixo (1-3)	49.06	24.15	
<b>Tempo despendido a realizar genealogia</b>			

1-10 horas semana	33.90	18.47	.004*
11-20 horas semana	36.56	18.72	
+20 horas semana	30.06	19.36	
Algumas vezes por mês	36.35	17.47	
Algumas vezes por ano	39.33	16.89	
Nunca	42.25	19.26	

*Nota.* \* $p \leq .05$ ; \*\* $p \leq .001$

**Tabela 12**

*Teste T-Student para relação entre género e saúde mental*

Variável	M	DP	<i>p</i>
<b>Género</b>			
Feminino	39.67	18.86	.004*
Masculino	34.25	16.69	

*Nota.* \* $p \leq .05$

## **Anexo I – Comentários de participantes no estudo**

**Sujeito 1:** *“Acabei de responder.. Caramba que o teu questionário fica deprimente no final... Quase que me apetecia adicionar uma entrada no "Esteve triste no passado" com "Sim.. Agora mesmo".*

**Sujeito 2:** *“Também participei. A maioria das questões parece pretender avaliar a personalidade dos amantes da genealogia, associada a comportamentos anti-sociais, ou com pessoas que têm dificuldades de relação com outras!*

*Sentir a vontade de pertença e procurá-la, não perceciono que esteja associada a pessoas que se isolam e se sentem sózinhas, que não amam e não se sentem amadas pelo próximo. A sequência de questões parece obsessiva nestes aspetos.*

*Não sendo um exemplo de pessoa extrovertida, também parece intrigante esta identificação que o estudo parece pretender justificar/quantificar.”*

**Sujeito 3:** *“Mas que perguntas estranhas, não percebi o que têm que ver com genealogia...”*

## Anexo J – Comentários do *focus grupo*

**Sujeito 1:** “... Senti que houveram muitas perguntas que questionavam o mesmo. Muitas delas são afirmações escritas em negativo o que transmitiu-me mais uma preocupação em perceber se não pertenço do que se realmente pertenço. Existem perguntas no Sentimento de Pertença que te fazem pensar em assuntos que nunca terias talvez pensado antes (como por exemplo se morresse, quem iria ao meu funeral). De resto não me senti mal nem ansiosa. Mas talvez porque tenho consciência de como me sinto e de que apesar, de estar a passar um momento difícil, estou bem comigo mesma. Mas pode haver pessoas que perante algumas perguntas fiquem mais sensíveis”.

**Sujeito 2:** “A nível dos dados sociodemográficos, parecem-me aceitáveis e não muito extensos. No entanto senti que as perguntas sobre o sentimento de pertença são muito negativas. Apesar de conseguir entender o que querem avaliar, creio que a sua construção frásica é pesada”

**Sujeito 3:** “Fiquei um pouco surpreso com as questões do inquérito. Pensei que seriam voltadas para sentimentos e experiências ligadas com a busca genealógica e com a família. No entanto, as questões pouco tinham a ver com essa temática. Pareceram-me mais ligadas ao estudo de situações de desordem emocional, de sentimentos de fraca autoestima, de depressão, etc. Na realidade achei-as um pouco estranhas para o contexto que estava a ser analisado. Talvez haja uma relação, mas as questões apresentadas não me pareceram ajudar no propósito do estudo, ou seja, no tal sentimento de pertença e busca genealógica”